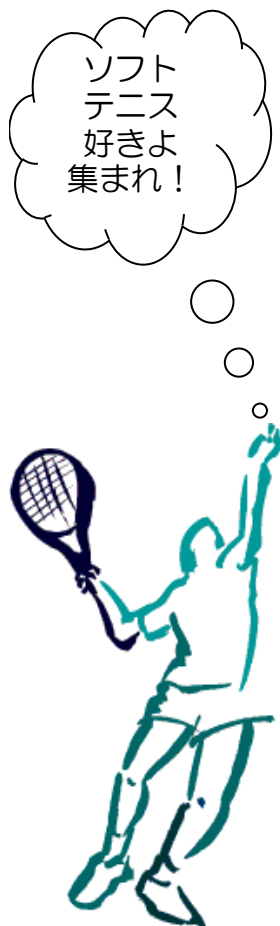


2020年度

緑区ソフトテニス協会

予定表

○ 日曜日教室



4月12日	第2日曜日	9:00~13:00
4月26日	第4日曜日	9:00~13:00
5月10日	第2日曜日	9:00~13:00
5月24日	第4日曜日	大会
6月14日	第2日曜日	9:00~13:00
6月28日	第4日曜日	9:00~13:00
7月12日	第2日曜日	9:00~13:00
7月26日	第4日曜日	9:00~13:00
8月	第2日曜日	休み
8月23日	第4日曜日	9:00~13:00
9月13日	第2日曜日	9:00~13:00
9月27日	第4日曜日	大会
10月11日	第2日曜日	9:00~13:00
10月25日	第4日曜日	9:00~13:00
11月8日	第2日曜日	9:00~13:00
11月22日	第4日曜日	9:00~13:00
12月13日	第2日曜日	9:00~13:00
12月	第4日曜日	休み
1月10日	第2日曜日	9:00~13:00
1月24日	第4日曜日	9:00~13:00
2月	第2日曜日	休み
	第4日曜日	休み
3月	第2日曜日	休み
	第4日曜日	休み

※会場変更
11月から
第二庭球場

内容	前半：基礎／後半：応用
参加料	一回 18歳以上の大人 500円 中学生・高校生 200円
持ち物	テニスシューズ・運動できる服装・ラケット
受付	当日現地にて受付・支払
注意	健康状態や怪我などにはご自身で十分注意をして参加してください

○ 大会

緑区民ソフトテニス大会	詳細は、別途募集要項を確認
5月24日 第4日曜日	9:00~19:00
9月27日 第4日曜日	9:00~17:00

○ 場所

長坂谷公園 第一庭球場	2面	横浜市緑区寺山町745-1
第二庭球場	第一より北側の坂をくだる途中に入口有り	
交通手段	JR横浜線中山駅下車 徒歩30分	
	中山駅発→相鉄バス旭11 鶴ヶ峰駅行「境」下車徒歩1分	
	鶴ヶ峰駅発→相鉄バス旭11 中山駅行「境」下車徒歩1分	
駐車場	198台	1時間200円 以降30分100円

○ 問合せ

緑区ソフトテニス協会	
連絡担当	宮本氏 045-934-4616
緑区体育協会	
事務局	横浜市緑区中山町329-25 (緑SC内)
TEL	045-932-0835 FAX 045-932-0836
URL	http://www.midori-taikyou.org/index.php?FrontPage

2020年度

緑区ソフトテニス協会

予定表

○ 金曜日教室

4月24日 第4金曜日	9:00~13:00
5月22日 第4金曜日	9:00~13:00
6月26日 第4金曜日	9:00~13:00
7月17日 第3金曜日	9:00~13:00
8月28日 第4金曜日	9:00~13:00
9月25日 第4金曜日	9:00~13:00
10月23日 第4金曜日	9:00~13:00
11月27日 第4金曜日	9:00~13:00
12月25日 第4金曜日	9:00~13:00
1月29日 第5金曜日	9:00~13:00
2月26日 第4金曜日	9:00~13:00
3月19日 第3金曜日	9:00~13:00

※会場変更
11月から
第二庭球場



内容	前半：基礎／後半：応用
参加料	一回 18歳以上の大人 500円 中学生・高校生 200円
持ち物	テニスシューズ・運動できる服装・ラケット
受付	当日現地にて受付・支払
注意	健康状態や怪我などにはご自身で十分注意をして 参加してください

- 大会 緑区民ソフトテニス大会 詳細は、別途募集要項を確認
5月24日 第4日曜日 9:00~19:00
9月27日 第4日曜日 9:00~17:00

- 場所 長坂谷公園 第一庭球場 1面 横浜市緑区寺山町745-1
第二庭球場 第一より北側の坂をくだる途中に入口有り
交通手段 JR横浜線中山駅下車 徒歩30分
中山駅発→相鉄バス旭11 鶴ヶ峰駅行「境」下車徒歩1分
鶴ヶ峰駅発→相鉄バス旭11 中山駅行「境」下車徒歩1分
駐車場 198台 1時間200円 以降30分100円

- 問合せ 緑区ソフトテニス協会
連絡担当 宮本氏 045-934-4616
緑区体育協会
事務局 横浜市緑区中山町329-25 (緑SC内)
TEL 045-932-0835 FAX 045-932-0836
URL <http://www.midori-taikyou.org/index.php?FrontPage>

お願い

ソフトテニスの公開練習会です。

ソフトテニスを通じて愛好者の親交や世代間交流を深め、健康で楽しい活動を行うことが目的です。

お互いのソフトテニス情報を交換し、教えあい、褒めたりしながら、真摯に向き合いよりテニスが楽しくなるようお互いに協力していきましょう。

参加者は、あいさつを励行し、相互に譲り合い、マナーを大切にしましょう。

自分の健康状態を確認しながら練習しましょう。無理な運動をしないでください。

ウォーミングアップ及びクールダウンを行い、早めに水分補給をしてください。

ケガ等については、責任を負いかねますので、参加者は各自で十分注意してください。

また、傷害保険には加入していますので、協会員へご連絡ください。

なお、他人にケガ等を負わせた場合は、当事者が責任をもって対処してください。

テニスシューズを着用してください。シューズの泥・小石を取ってコートに入ってください。

ソフトテニスの特色

ソフトテニスのダブルスの魅力は、ラリー（球の打ち合い）が続くことや、2人のプレイヤーのコンビネーションの妙技にあります。

ラリーの見どころとしては、シュートボール（速いボール）での打ち合いの迫力はもちろん、ロビング（山なりのゆるいボール）やショートボール（短いボール）を織り交ぜた多彩な攻撃や、スマッシュやボレーなどの華麗なネットプレーが挙げられます。

コンビネーションは、パートナー同士がお互いにカバーし合うだけでなく、相手陣形を崩すような配球をしたり、ポジション取りを変えたりすることによって、味方のプレイヤーがポイントしやすいようにプレーしたり、相手のミスを誘ったりすることもあります。このようなことは平素からお互いの気持ちが通じ合っているから可能なことであり、ダブルスならではの魅力で

ソフトテニスの特色である2人で協力して1ポイントを獲得するラリーの応酬も楽しませてくれますが、更には、選手の個々の動作に注目するとラリーの応酬とは、ひと味違った競技の楽しみ方ができるはずです。