

## 回 スポーツ講座回

「教室内容」欄内QRコード読み取りで教室様子を表示

受付 9:15 開園時間 9:30～11:30

No.	開講日	教室名	講師名	開講場所	教室内容	定員	受講費
9	11月16日 (土)	ソフトテニス①	北川和幸先生他	B&G体育館	ラケットの重量が硬式テニスよりも軽いこと、ボールが軽く反発力が低いことから肘などへの身体的負担が硬式テニスに比べて少ない。そのために子供から高齢者まで幅広い世代で愛好される生涯スポーツです。	20名	50円
10	11月30日 (土)	ソフトテニス②	北川和幸先生他	B&G体育館		20名	50円
11	12月 8日 (日)	ソフトテニス③	北川和幸先生他	B&G体育館		20名	50円
12	12月22日 (日)	ソフトテニス④	北川和幸先生他	B&G体育館			20名
13	1月12日 (日)	卓 球①	中西良弘先生	大台中体育館	軽くて小さなボールを使うのでボールに対する恐怖感がなく、初歩的な技術の習得が簡単なので、誰でも気軽に始められゲームを楽しむことができます。 しかしながら、上級者になるとボールの回転を止めたり、回転をかけたりして打つなど技術的に高度な攻撃もでき、あきることなく楽しむことができます。	20名	50円
14	1月26日 (日)	卓 球②	中西良弘先生	大台中体育館		20名	50円
15	2月 2日 (日)	卓 球③	中西良弘先生	大台中体育館		20名	50円
16	2月23日 (日)	卓 球④	中西良弘先生	大台中体育館			20名

\* 新型コロナウイルス等、諸般の事情及び講師先生の都合により、会場または開講日を変更、または、中止する場合があります。