

# NPO法人KSクラブ レベルアップレッスン

**【趣旨】** 部活、スポ少活動以外で、さらにソフトテニスのレベルをアップしたい選手に対して、基本技術からレベルアップにつながる指導をしていく

**【指導内容】** ストロークの基本練習、ネットプレーの基本練習、サーブの基本練習  
後衛の応用練習、前衛の応用練習、試合で使う展開練習など

**【開催日】** 月に1回程度 月曜日 19:00～21:00 新庄 (18:30～20:30)

**【会場】** 各地区テニスコート

**【参加費】** 参加時 一人500円

**【申込】** なし(自由参加) 開催日に直接テニスコートで受付を済ませてご参加ください。

**【その他】** ・開催日の連絡や当日の実施の有無、その他連絡事項をラインのオープンチャットで行いますので、登録をお願いいたします。

レベルアップレッスン



- ・参加時は、テニスができる服装シューズ、ラケット、飲み物等ご持参ください。
- ・一人から参加できます。
- ・スポーツ保険はかけませんので、各自の対応をお願いいたします。

**【お問い合わせ】**

NPO法人KSクラブ 理事長 大津幸造まで  
携帯電話 090-3369-1832 メール npoksclub@gmail.com

6月の開催日

新庄会場 6月12日(月) 18時半～20時半 新庄市テニスコート  
鶴岡会場 6月5日(月) 19時～21時 だだちゃアリーナ

勝者は、常に計画がある。  
敗者は、常に言い訳がある。

勝者は言う、私にやらせてください。  
敗者は言う、私の仕事ではありません。

勝者たれ。

**1.01の法則**  $1.01^{365} = 37.8$   
こつこつ努力すればやがて大きな力になります。

**0.99の法則**  $0.99^{365} = 0.03$   
逆に、少しずつさほれば、やがて力がなくなります。