

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

7月の開催日

新庄会場	7月10日（月）18時半～20時半	新庄市テニスコート
酒田会場	7月3日（月）19時～21時	光ヶ丘テニスコート
鶴岡会場	7月24日か31日	未定

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、少しずつさぼれば、やがて力がなくなります。