



2010年浜砂ソフトテニス合宿のご案内

浜砂ソフトテニスクラブ恒例の合宿を山中湖平野村で行います。
涼しい山中湖で、一日中テニス三昧を楽しみ、自己のテニス技術を磨きませんか？
また、夜はクラブ員同士の親睦を深める良い機会です。皆様でご参加下さい！

【今年の合宿は、以下の3つが例年と違います！】

1. ヨネックスソフトテニス部の練習方法、公式テニスの福井選手の練習方法を実践。
谷津さん他若手コーチの指導のもと、試合に勝てる技術・戦術を身につけて頂きます！
(ジュニアとは別コートで、全く違ったプログラムを行います。)
2. 2日目(土曜日)の午後、合宿先で社会人クラブ、大学サークルとの合同練習
(若しくは対外試合)を計画致します。(上記1の進行状況により相談し決定します。)
3. 3日目(日曜日)の午前、合宿の集大成として「浜砂富士山杯」をかけた試合を開催
致します。

- 記 -

1. 目的
「各自ソフトテニスの技術向上」と「クラブ員同士の親睦を深める事」を目的とします。
2. 合宿日程:2010年8月20日(金)~8月22日(日)
3. 宿泊場所:山中湖平野村 ユートピアテニスロッジ
〒401-0502 山梨県南都留郡山中湖村平野 751 0555-65-7276
<http://www8.ocn.ne.jp/%7Eutopia/>
4. 参加費用: ¥20,000/人 (集金は、当日20日)
但し、参加人数によっては、貸切バス等により金額が変動する可能性があります。
5. 集合場所: 8:00浜砂テニスコート集合 8:15出発(当日の昼食は用意いたします。)
解散場所時間: 8月22日昼食後現地出発、浜砂コートにて16:00ごろ集合解散予定
6. 申し込み: 第1次締め切り 7月24日(土)
口頭連絡、メール、電話連絡で可です。(合宿実行委員 鷲:090-8683-2299)
7. 備考
 - 集合時間等、時間厳守をお願いします。
 - 乗り物に酔う方は、予め連絡いただくとともに酔い止め薬など服用下さい。
 - 持ち物: 洗面道具、寝間着、着替え、薬(乗り物酔いの薬等)、保険証の写し、タオル、運動着、ラケット、テニスシューズ。(朝夕冷えますので長袖、長ズボンを用意下さい。)
また、飲み物、間食等はある程度用意させて頂きますのでご持参の必要は有りません。
 - 気分が悪いとき、体調が悪いときは無理をしないこと。また周りの人に必ず声を掛けてください。
 - 申込後、よほどの理由がない限りキャンセルしないようお願い致します。