



## 2011 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。皆さん奮ってご参加下さい！

金曜の夜から、または土曜日の朝からでも参加できます。また、土曜日一日のみの参加も可能で、最寄駅まで送迎も致します。

### 【2010 年度から、以下の 3 つが従来と異なっています！】

1. ヨネックスソフトテニス部の練習方法、硬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. 合宿先で社会人クラブ、学生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。(2010 年度は、東京都東大和市役所軟式テニスクラブと対外試合を実施。)
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。豪華賞品が出ますよ！

#### 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 19 日(金)~8 月 21 日(日)

#### 3. 宿泊場所:山中湖平野村 ユートピアテニスロッジ <http://www8.ocn.ne.jp/%7Eutopia/> 〒401-0502 山梨県南都留郡山中湖村平野 751 ☎ 0555-65-7276

#### 4. 参加費用:

	3 日間	2 日間	1 日帰り
社会人	¥ 20,000-	¥ 12,000-	¥ 4,000-
大学生・専門学校生	¥ 17,000-	¥ 9,000-	¥ 4,000-
高校生・高専生	¥ 16,000-	¥ 8,000-	¥ 4,000-

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: 8/19(金) 8:00 浜砂テニスコート集合(当日の昼食は用意いたします) 8/20(土) 各配車の同乗者毎に集合場所、時間を決めて下さい。

解散場所時間: 8 月 21 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 30 日(土) 口頭連絡、メール、電話連絡で可です。 (合宿実行委員 鈴木:090-8105-0179 or 鷲:090-8683-2299 まで。)

#### 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。
- 気分が悪い時、体調が悪い時は無理をしないで、必ず周りの人に声を掛けて下さい。