

スポーツニュース

No.80
H26年6月号

☆☆☆トレッドミル(ランニングマシン)導入!!☆☆☆
梅雨の季節に入っていきますが、体力を向上させたいですね。。。
・1回300円(1日使えます) ・詳しくはコーチにお問い合わせください。
◇◆◇アスリートミニ貸出スタート!!◇◆◇
けがの回復を早めたり、疲労回復の効果が期待される”アスリートミニ”の貸し出しをいたします。
・1日300円 ※初回に専用のパット(1,080円、1セット)を購入して頂きます

	月	火	水	木	金	土	日
1	9:20 ~ 10:40	MA	中級	初級	中級	初級	中級
2	10:50 ~ 12:10	大会・練習会	初級中級	初級	初級初級	初級中級	
3	12:40 ~ 14:00	初級	初級	初級中級	初級	TO	PL
4	14:10 ~ 15:30	初級	中級		加圧	中級	加圧
5	16:00 ~ 16:50	K	K	K	K	K	K
6	J1-J2:17:00~18:00 J3:17:00~18:30	J1 J2	J1 J2	J1 J2	J1 J2	J1 J2	J1 J2
7	18:00 ~ 20:00	A・B・C	A・B・C	A・B・C	S	A・B・C	
8	一般STZ:20:00~21:20 ST1:20:00~21:00	STZ	ST1	PL・加圧	初級中級	初級中級	STZ

大会結果(4・5月)

【高校総体・県大会出場者】
・大森輝人 平林和樹 佐藤瑞 吉川海渡
【スポーツオープン・ダブルス】
・優勝:上條・日高組 準優勝:山口・畠山組
【スポーツジュニアトーナメント】
・高校生以下優勝:渡邊雄大 準優勝:福島晃
・小学生準優勝:外山公都 コンソレ優勝:宮岡羽都紀
【東海市民大会・ダブルス】
・A級準優勝:佐野・桑原組
・B級優勝:寒川・吉川組 準優勝:平林・西尾組
☆☆☆☆ 田中優季プロ情報 ☆☆☆☆
ITF\$50,000FUKUOKA 本戦2回戦
◇元世界14位のEleri DANILIDOUに勝利!!◇
6月は国内で開催される国際大会に出場予定です。

大会情報(5・6月)

【5月】
・26日(月) スポーツ月例レディース
・26日(月) ~ 中日杯
【6月】
・7日(土) ~ 全国小学生大会・東海地区予選
・7日(土) ~ 東海中日Jr.・愛知県予選
・9日(月) スポーツレディース練習会
・15日(日) スポーツオープン・シングルス
・23日(月) スポーツ月例レディース
・30日(月) スポーツゴルフコンパ

池田朋弥全国中学生大会出場決定!!

スポーツTA
0562
(35)0158

レッスン情報

◎休校日 休退会・変更届締切日◎

【6月】・休校日:なし
【7月】・1日(火)
【8月】・13~17日(水~日)
※休退会締切日は前月の10日です

☆レッスン休講・代行のお知らせ☆

・2日(月) 終日:上條⇒奥高
・3・4日(火・水) 終日:奥高⇒上條
・5日(木) 終日:奥高⇒安達
・6日(金) 終日:奥高⇒上條
・7日(土) 終日:安達⇒奥高
・8日(日) 終日:安達⇒上條
※ご迷惑をお掛け致しますが
よろしくお願い致します。

ショップ情報

◇ガット張りキャンペーン◇
季節の変わり目6月です。
暑くなる前にガットを張替えましょう!
ガット張替えの方、全員にくじ引き。
1万円の商品券が当たるチャンス。
抽選は7月2日に行います。
期間:6月1日~30日まで

■ガットのテンションについて■

さむーい冬、打った瞬間「ボールが硬い、飛ばない」
あつーい夏、打った瞬間「やわらかい、飛びすぎる」
と感じたことはありませんか?
全部ガットのテンション(硬さ)に原因があるんです。
皆さんのガットは大丈夫ですか??
張替えるときにぜひご相談ください!

できることをやってみよう

6月に入ると梅雨がやってきます。
テニスは基本的に屋外のスポーツなので雨天時はできません。
でも、テニスが上手くなるのはテニスコート上だけじゃない!!
家でストレッチトレーニング、規則正しい生活もテニスを
上達させる大切な要素です。
梅雨の時期にライバルに差を付けましょう!! ◆奥高◆

6月です。あっという間の6月。
今年も半分終わります。学生も、ジュニアも、
一般の方も試合シーズンですね。
雨が多いこの季節。上手に時間を使いましょう。
夏本番に向けてしっかり体力をつけましょう!
◆上條◆

STAFFより

5月から小学生女子3人がアスリートチームに
上がって夏の大会に向けて動き始めました。
選手たちは、これから2ヶ月間で夏の暑い大会
でもバテない体力と戦術を身に付け、
1つでも多く試合で勝てるように練習しましょう!!
◆安達◆

★ぶっかけ豚しゃぶうどん★
皿に水菜をひき、ゆでたうどん、豚肉、
大根おろし、大葉、(あれば温泉卵)、
つゆをかける。
ゆずこしょうで味を調え、さらっと
練習後の栄養補給にどうぞ。
◆伴◆