

# スポーツニュース

No.81  
H26年7月号

水分・栄養補給に気を付けて  
暑い夏に備えよう!!

スポーツTA  
0562  
(35)0158

## ◆◆ジュニア夏期講習のお知らせ◆◆

趣旨：①ゲームに慣れる ②体力向上 ③友達を作る  
開講日：7月28日 8月4日 8月11日 8月18日 8月25日 ※すべて月曜日  
時間：9:00~12:00 (8:50集合) ・参加費：2,000円 (1回)  
参加資格：小学生でテニスのゲームがわかるひと ※スポーツではJ1・J2  
☆☆☆皆勤賞の人には素敵な景品プレゼント!!☆☆☆

	月	火	水	木	金	土	日
1	9:20 ~ 10:40	MA	中級	初級	中級	JS1	中級
2	10:50 ~ 12:10	大会・練習会	初級中級	初級	初心初級	初級中級	
3	12:40 ~ 14:00	初級	初級	初級中級	PL	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-J4:17:00~18:30	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 ST1

## レッスン情報

◎休校日 休退会・変更届締切日◎  
【休校日】  
〔7月〕1日 (火)  
〔8月〕13~17日 (水~日)  
〔9月〕15・16日 (月・火)  
【休退会・変更届締切日】各前月10日  
※10日を過ぎますと自動的に継続となります。

☆レッスン代行のお知らせ☆  
〔7月12・13日 (土・日)〕  
・終日：安達⇒奥高  
〔7月22日 (火)〕  
・終日：安達⇒上條  
◆ご迷惑をお掛けしますが  
よろしくお願ひいたします◆

## SHOP情報

◇サマーセール◇  
夏本番!!になる前に。。。  
夏物の準備は万全ですか?  
在庫ウェア、注文ウェアが、  
定価からさらに10%オフ!  
期間：7月7日~21日まで!!

■ラケットキャンペーン■  
ラケットを購入された方に3348円までのガットをプレゼント!  
人気のスリクソン他、全ブランド対象!! (Jr用不可)  
そろそろ買い換えようかな?と悩んでいる方、  
スタッフがあなたにあったラケットをお選びします。  
期間：7月2日~31日まで

## 大会結果 (5・6月)

【フレンドリーカップ】  
・優勝：中村礼子さん 野間量子さん 松寺道子さん  
【中日杯】  
・上級の部準優勝：野間量子さん  
・上級の部3位：藤木真理さん  
・中級の部3位：西尾直子さん 平林百合子さん  
・初級準優勝：新美朋美さん 小田知子さん  
・初級の部3位：安藤昇子さん  
・初心優勝：田中早苗さん  
☆☆☆田中優季プロ情報☆☆☆  
・1TF \$10,000東京有明：単複ベスト4  
・1TF \$10,000柏：ダブルス準優勝!!  
※7・8月はヨーロッパ遠征の予定です。

## 大会情報 (7月)

※変更の場合がありますので各自再確認して下さい。  
【7月】  
・5日 (土) ~ ATF須玉 ※Jr. 国際大会  
・6日 (日) 東海市団体戦  
・7日 (月) スポーツレティース練習会  
・12・13日 (土・日) アスリートチーム夏合宿  
・13日 (日) 1300~ スポーツオープン・シングルス  
・19日 (土) ~ 東海中日東海大会  
・21日 (月) スポーツJr. トーナメント  
・25日 (金) ~ 愛知県Jr. 新人  
☆小林純也 池田朋弥 渡邊教也出場!! ☆

【暑さ対策を万全に!!】  
さわやかな季節からジメジメ⇒ムシムシの季節  
になってきました。  
実はこの時期が一番熱中症にかかりやすい時期。  
①運動②食事③睡眠のバランスを良くとって  
楽しいテニスライフを過ごしましょう!!  
◆敦史◆

7月です。むしむし暑い季節になってきました。  
夏休みももうすぐ、夏期講習に、スポーツジュニアに、  
ジュニアはイベント盛りだくさん。暑い夏に向けて、  
心も、体もしっかり準備しておいてください!  
◆孝久◆

## STAFFより

7月は夏合宿があります。  
合宿準備から選手は全て一人で行ないます。  
1泊2日と短いですが、2日間仲間達と助け合い  
一回り成長してスポーツに戻ってきます!!  
◆大晴◆

《夏野菜のカラーフルサラダ》  
なす、ピーマン、かぼちゃ、ベーコンはひと口大に  
切り焼く。  
酢大2、醤油大2、オリーブオイル大4、砂糖、  
こしょう (少々) を合わせ、焼いた野菜とトマト  
(1cm角)、サラダ用豆を合わせてどうぞ。  
◆伴◆