

講座：フレッシュ卓球 募集定員 20名

時間：18:45-20:15

場所：格技室B

開講日程（金）

受講料：6,000円

（1期/10回）

年間3期 30回コースになります

- * 詳細はスケジュールで確認
- * 随時、無料見学・体験OK
- * 1回受講1,000円も有り
- * 中学生から受講可能

経験者であれば小学校高学年から
受講可能です。各自のレベルに合わせ
卓球を楽しみましょう！
初心者・大歓迎！

フレッシュ卓球を担当する松下 仁です。
この講座ではラリーを続けながら
楽しくみなさんでワイワイ
コミュニケーションをとりながら
自分の得意、苦手な課題練習を
メインで行っております。
初心者の方もラケットの握り方構え方から
指導させていただきます。



(指定管理者) ひょうごスポーツライフグループ

★講座のポイント★

健康 体力の維持 自分で考える
能力鍛える為の課題練習で楽しく
技術向上 卓球を通して仲間づくり
基礎練習もしながら試合のルールを
学びながら楽しく取り組む講座です

入門 初心者におすすめです



講師：松下 仁