



卓球サロン

第1土曜日 13:30～16:30 参加費 500 円

- ・13:30～【初級者コース（レベル1）】→フォアハンド、バックハンドの打ち方
- ・15:00～【初級者コース（レベル2）】→回転のかかったボールの打ち方、返し方

第2土曜日 13:30～16:30 参加費 500 円

- ・13:30～【初級者コース（レベル1）】→フォアハンド、バックハンドの打ち方
- ・15:00～【初級者コース（レベル2）】→軽度なフットワーク練習

第3土曜日 13:30～16:30 参加費 500 円

- ・13:30～【初級者コース（レベル1）】→フォアハンド、バックハンドの打ち方
- ・15:00～【初級者コース（レベル2）】→回転のかかったボールの打ち方、返し方

第4土曜日 17:30～ 参加費 500 円

- ・17:30～【フリーピンポン！】参加者同士で卓球を楽しんでいただきます
- ・19:00～【お楽しみ交流会】プロジェクターで試合等の観戦 ※飲食物等持ち込み可能です

第5土曜日 時刻未定～ 参加費 500 円

- ・時刻未定～【スペシャル講習】内容は月によって変わります

※無料貸し出し用ラケット有り

初心者歓迎！

～『卓球』ってどんなスポーツ？～

屋内競技で怪我も少ない卓球は『生涯スポーツ』の代表ともいえるでしょう。小さくて軽いボールに回転をかける繊細な感覚は指先の神経を研ぎ澄ませ、早いボールにとっさに反応する事で動体視力も養うことが出来ます。フィジカルが優先される競技では無いため、何歳から始めても決して遅いなどという事ありません。卓球は他者と気軽にコミュニケーションがはかれるだけでなく、健康寿命の向上にも大変有意義な素晴らしいスポーツです。



高橋洋平 講師

卓球専門店 WRM 高田馬場店 店長



ワールドラバーマーケット
169-0075 東京都新宿区高田馬場4-8-9 静香ビル3F
Email: worldrubber@gmail.com
<http://rubber.ocnk.net>

卓球の奥深さや楽しさを優先した指導を心がけております。

