

TENNIS PLAY&STAY

体験会開催！

日 時：2022年7月3日・10日・17日・24日・31日

8：45～9：45

会 場：北部スポーツ・レクリエーションパーク

対 象：5歳～9歳（定員16名）

クラス：初めて/初心者

参加料：3000円

初めての方
大歓迎！

🌀 始めよう

ラケット・ボール・ネット～用具が揃えばいつでもどこでもテニス！
体育館でも！校庭でも！広場でも！

🌀 楽しもう

広すぎないコートで、短いラケットとスピードの遅いボールを使うことで誰でも簡単にラリーが！そしてテニスの醍醐味といえばゲーム！慣れてきたら、さあゲームを始めよう♪

「サーブし、ラリーをして、得点する」ことの面白さを実感してください！！

🌀 続けよう

TENNIS PLAY&STAYには3つのステージ。レッド→オレンジ→グリーンといった移行過程で、コートの広さ、ラケットの長さ、ボールの速度を成長に伴い変えていくことで、最終的には通常のコートの広さでイエローボールを使う段階まで到達することが目標です！

「テニスって難しい・・・」「コートがない・・・」「やりたいけど相手が見つからない・・・」

そんな皆様の悩みを解消するツールが『TENNIS PLAY&STAY』です！！

『TENNIS PLAY&STAY』とは、通常よりも速度の遅いボール、短いラケット、小さいコートを使用することで誰でも簡単にラリーをすることができ、小さな子供から高齢者の方まで、ラケットを持ったその日からテニスを楽しむことができるプログラムです。幼少期から中高齢者に至るまで誰でも、テニスを始めた瞬間から楽しくゲームを「プレー」でき、そしてテニスを始めた人にとって、テニスが生涯スポーツとして「ステイ」（留まる）ということから由来しています。




申込：北部スポーツ・レクリエーションパーク

TEL 026-266-0582

レンタル用具あります。運動のできる服装でお越しください。

これからテニスを始めようという
子どもたちのためのレッスンです！
プレイ・アンド・ステイの
テニスを体験してみませんか

プレイ・アンド・ステイ (P&S) とは、
これからテニスを始める方や一般
およびジュニア向けに考えられた
ITF(国際テニス連盟)の指導プロ
グラムです。日本スポーツ協会も
推奨しています。

 **PLAY+STAY** では、球速の異なる3つのボールを使います。



PLAY+STAY
SERVE·RALLY·SCORE



【体験会の概要】

1. 対象 : 5歳～9歳
2. 日時 : 2022年7月3日・10日・17日・24日・31日 8:45～9:45 (60分)
(受付 8:30～)
3. 場所 : 北部スポーツ・レクリエーションパーク (屋内運動場)
4. コート : 全天候型 (オムニコート全4面) の2面を使用
5. 住所 : 〒381-0081 長野市三才1981-1 TEL : 026-266-0582
6. アクセス 電車 : 北ながの線 (長野～妙高高原) 「三才駅」下車 徒歩5分
車 : 長野自動車道「須坂長野東IC」より22分
7. 駐車場 : 150台 (無料)
8. 募集人数 : 16名 (初めての方/何度かボールを打ったことのある初心者の方)
9. 参加費 : 3000円
10. 服装など : 運動しやすい服装と厚底の運動靴、タオル、スポーツドリンク
テニスラケットは無料貸出あり
11. 申込先 : 北部スポーツ・レクリエーションパーク TEL : 026-266-0582
または 直接窓口へ
12. 申込締切 : 募集人数まで随時
13. 主催 : (株)フクシ・エンタープライズ
14. 協力 : (一社) ながの北部スポーツクラブ
15. 指導 : 日本スポーツ協会公認指導員 ほか