

## テニス日本代表チームトレーナーが直伝する!! 効率の良い体の使い方と ウォームアップエクササイズ

力強く伸びのあるサーブやフォアハンドを打ちたい・・・  
それらのお悩みはテニスの技術だけではなく、土台の体作りも  
大切な鍵となるかもしれません。

コラボレッスンでは、ストレッチやエクササイズによる体作りを  
しっかりと行って体を準備する事と、ラケットとボールを使った  
テニス練習を交互に繰り返し、より効率良く体を使ったワンランク上の  
テニスを目指します。

日本代表トレーナーとHOS TENNISコーチのコラボイベントです。

**初心者～ベテランの皆様まで、ぜひご参加下さい!!**

**※高校生以上の方対象**



松田 浩和

- ・日本テニス協会ナショナル  
チームフィジカルコーチ
- ・日本オリンピック委員会専任メディカル/強化スタッフ

**日時：7月21日(日) 17:40~19:10**

**会場：HOS花園スタジアム**

**料金：会員様 ¥2,500 (税込)**

**ビジター様 ¥3,000 (税込)**

**定員：20名**

※HOSからは梶山コーチと  
宮本コーチが担当予定です。

申込期間：2019年6月24日(月)より受付開始いたします。

申込方法：お電話か直接、花園スタジアムフロントへご連絡下さい。先着順とさせていただきますので、お早めにお申し込み下さい。定員になり次第終了とさせていただきます。また、ご本人様以外の方のお申し込みも受け付けております。会員様の入金はいイベント当日でも可とさせていただきます。

なおキャンセルされる方は7月16日(火)までにご連絡をお願いいたします。それ以降のキャンセルは、全額お支払いとなりますのでご了承下さい。※ビジター様もお申し込み頂けますが、7月16日(火)までに直接窓口にて入金、もしくは現金書留での入金をお願い致します。

**HOS花園スタジアム 072-964-8005**