



# 垂水イベント情報!



新着情報! 毎月20日ごろにお知らせします。

## 健康卓球! 初級者卓球教室! (社会人対象)

未経験者・初級者の方  
あつまれ~!



この卓球教室は、全くの未経験者の方や、卓球を始めて間もない初級者の方を対象とした卓球教室です! 経験豊富なスタッフが優しく丁寧に指導いたしますので安心して受講してください。ラリーもどんどん続くようになりますので、しっかりと汗をかくことができます。「ちょっと運動しなきゃな~」「一度卓球をしてみたいな~」そんな方は、是非お気軽にご参加ください!

### フリー卓球教室! 硬式コース(フリー)

勝ちたい方限定!

中村ひとみの  
弱点強化リーグ!

月	日	曜日	クラス	時間	定員	月極空き状況
5	1	火	中~上級者対象	10:30~12:00	5名	空きあり
	8	火	初級者対象	10:30~12:00	5名	空きあり
	15	火	中~上級者対象	10:30~12:00	5名	空きあり
	22	火	初級者対象	10:30~12:00	5名	空きあり
	29	火	中~上級者対象	10:30~12:00	5名	空きあり

レディース12名(1ブロック3名)で試合を行い、その試合の中で弱点を中村コーチが徹底チェックします。後半はその弱点を徹底的に指導いたします! この画期的な試合&指導を是非経験してみてください。  
5月23日(水) 13:30~16:30  
参加費: お一人様2,500円 定員12名(先着順)  
お申込みの際A・B・C級(自己申告)をお知らせください。

### 硬式コース(月極) 社会人対象

月	日	曜日	時間	定員	月極空き状況
5	11	金	10:30~12:00	5名	残り1名
	18	金	10:30~12:00	5名	残り1名
	25	金	10:30~12:00	5名	残り1名

月	日	曜日	時間	定員	月極空き状況
5	10	木	13:00~14:30	5名	空きあり
	17	木	13:00~14:30	5名	空きあり
	24	木	13:00~14:30	5名	空きあり
	31	木	13:00~14:30	5名	空きあり

受講料: 1回お一人様 1,400円(税込)  
ラケットは貸出いたします。動きやすい服装と上履きをご持参ください。

### ラージコース(月極) 通常より4mm大きい44mmのラージボールを使って行います。

月	日	曜日	時間	定員	月極空き状況
5	1	火	13:00~14:30	5名	月極募集終了
	8	火	13:00~14:30	5名	月極募集終了
	15	火	13:00~14:30	5名	月極募集終了
	22	火	13:00~14:30	5名	月極募集終了
	29	火	13:00~14:30	5名	月極募集終了

ラージボールは通常より大きいボールなので、空気抵抗が大きく、またネットも高いことで速度が落ち、台に非常に入れやすくなりラリーが続きます。ラケットに貼るラバーも、摩擦の少ないツツツのゴム(ラバー)を使用するため回転の影響を受けづらく、よりラリーを続けやすくなります。健康のためにされる方は、ラリーが続きしっかり汗のかける「ラージコース」をおすすめします。

すべての教室で月極募集(同コース・同曜日)を行っております(先着順)月極の方は毎回(月3~5回)お申込みいただかなくても優先的に受講することができます。各コース共に月極受講者が5名となり次第募集を終了させていただきますのでご了承ください。(月極受講料: 1,400円×月の回数) \*祝日はお休みとなります。

### フリー卓球教室! (中~上級者向き) 硬式コース(月極) 社会人対象

この卓球教室は、試合に出場されている方を対象に、現在お悩みの技術や戦術などの課題を解決いたします! 苦手な技術を身につけよう!

月	日	曜日	時間	定員	月極空き状況
5	2	水	10:30~12:00	5名	月極募集終了
	9	水	10:30~12:00	5名	月極募集終了
	16	水	10:30~12:00	5名	月極募集終了
	23	水	10:30~12:00	5名	月極募集終了
	30	水	10:30~12:00	5名	月極募集終了

受講料: 1回お一人様 1,400円(税込)

### 勝つための卓球教室! (中~上級者向き) 硬式コース(月極) 社会人対象

この卓球教室は、試合に勝つためにテーマに沿った技術を徹底的に強化して、レベルアップを目指します! 試合に勝ちたい方は是非ご参加ください!

月	日	曜日	テーマ	時間	定員	月極空き状況
5	11	金	ドライブ&スマッシュ	13:00~14:30	5名	月極募集終了
	18	金	サーブからの攻め方	13:00~14:30	5名	月極募集終了
	25	金	ツツキ②	13:00~14:30	5名	月極募集終了

受講料: 1回お一人様 1,400円(税込)

レッスン・練習中の事故等につきましては、一切その責任は負えませんのでご了承ください。

ご予約は前日までに垂水TTスタジオ店頭又は、お電話でお申込みください。

TEL: 078-754-6133

(受付時間10:00~19:00)



講師: 中村ひとみ

戦歴: インターハイ団体3位(松本松南高)、シングルス出場。国体長野県代表(2年連続出場)、全日本選手権シングルス・ダブルス・ミックス出場。兵庫県社会人選手権ダブルス優勝(3連覇)。シングルス準優勝。2018年全国ラージ兵庫県予選シングルス優勝。他

こんにちは、中村です。  
初級者教室は、卓球未経験の方でも楽しんでいただける卓球教室です。また、試合に勝つための教室でもできました。一緒に卓球を楽しみましょう!