中学生ソフトテニス教室（南部）開催要項

ソフトテニス教室では、ソフトテニス競技の普及と向上、体力つくり、仲間つくりを目的とします。

1　主　催　　長野市ソフトテニス協会
2　期　日　　令和５年４月１２日～１１月２９日　　**毎週水曜日**
3　時　間　　１９：００から２１：００ まで
4　場　所　　**南長野運動公園テニスコート**
5　対　象　　市内在住の中学生
6　参加料　　通年：４月～１１月　５，５００円
　　前期：４月～７月　　３，０００円　（３年生対象）
　　後期：８月～１１月　３，０００円
　　参加費には保険料が含まれます。
7　定　員　　３５名
　　コート数が限られていますので希望者多数の場合には
　　お断りする場合があります。
8　指導員　　長野市ソフトテニス協会指導員

※　参加注意事項

1　服装について
(1) 運動のできる自由な服装をしてください。
(2) テニスシューズを必ず用意してください。
2　練習時間について
(1) 平日のナイター練習のため各学校の部活動を優先して頂き
　　部活動終了後事故の無い様にお願いします。
3　その他
(1) 送迎は必ず保護者が責任を持って行ってください。
(2) 身体の具合が悪くなったときはすぐ申出てください。
(3) 運動内容で自己の体力に合わせて決して無理をしないでください。
(4) 運動後は十分に体を休めてください。
(5) スポーツ保険は教室活動中の突発的事故について対象となります。事故のあった場合は必ず指導員に連絡してください。
　　ただし、かかった医療費の実費が補償されるものではありません。