

# 9/23 テニスの日 イベントin大分



テニス競技の普及と振興を目的として全国で開催されている「テニスの日」。大分県テニス協会では今年も楽しいイベントを用意して開催致します。今年も事前予約不要、その日の気分でちょこっと立ち寄れる内容ばかりです。テニスの経験なんて関係なし！手ぶらで来ても大丈夫です！キッズから大人まで、初心者からベテランまで、1日テニスを楽しみましょう！！

**開催日** 2019年9月23日(月,祭)  
**場所** 大分スポーツ公園 昭和電工テニスコート

前日の22日(日)には「テニスフリーク親睦大会」を行います。詳しくはホームページをご覧ください。(www.opta.jp)

※当日の天候等によって、イベント内容、時間等が変更になる場合がございます。  
※天候が怪しい場合ホームページ掲示板に書き込みいたします。

10:30	開会式	●当日受付レッスン 1回目 10:30～11:45 「テニスを始めてみたい」、「弱点を克服したい」、「トップ選手と練習したい」など！キッズから大人まで、ビギナーからベテランまでOKです。
11:00	当日レッスン	
11:30		●全国一斉100万人ボレーボレー 12:00～12:30 テニスの日全国一斉イベント！ 10分間で達人、5分で5段、3分で3段の認定を致します。 認定されたペアは「テニスの日」公式認定証を差し上げます。
12:00	ボレーボレー	●コーチとストローク、ミニゲーム 12:45～13:30 OPTA ジュニアスクールのコーチ、舞鶴高校、福徳高校の選手と一緒に練習してみませんか？ 高校生の早いボールを受けてみましょう。
12:30		●じゃんけん大会 13:45～14:15 恒例のじゃんけん大会によりテニスグッズが当たります！
13:00	コーチとストローク	●サーブレッスン 14:15～14:45 サーブに限定したレッスンです。サーブのスピード、確率を上げましょう。
13:30		●当日受付レッスン 2回目 15:00～16:00 「テニスを始めてみたい」、「弱点を克服したい」、「トップ選手と練習したい」など！キッズから大人まで、ビギナーからベテランまでOKです。
14:00	じゃんけん大会	
14:30	サーブレッスン	
15:00	当日レッスン	●10分でわかるスポーツ医科学 終日 内容は「熱中症の予防について」「テニスにおける障害予防～体幹訓練」「テニスにおける障害予防～ウォーミングアップ」「テニスに起きやすい障害とその予防」など10分のビデオで説明します。 テニスにおける障害予防等、井上敏ドクターに相談してみましょう。
15:30		●YONEXの最新モデルラケットを使用できる試打会も同時行います。
16:00		

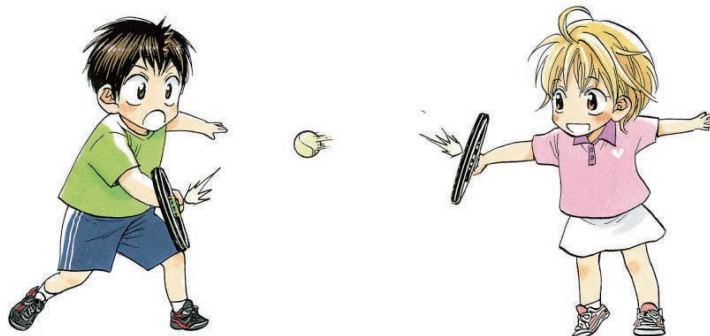


大分県テニス協会

Oita Prefecture Tennis Association

http://www.opta.jp/

問い合わせ 090-5949-2189 担当大平



©「ベイビーステップ」勝木光/講談社