「うちの子もっと賢くなってくれないかなあ……」

その悩み、“テニス”が解決してくれるかも!?

大好評

夏休み（平日限定）

7月20日(火)より受付開始

短期ジュニアテニス教室

選べる3日間

○実施日

7 July						
Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

8 August						
Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

J1・J2（70分）
年長 ～ 小学中学年
7,300円（税込）／3回

J3・J4（100分）
小学高学年経験者 ～ 中高生
8,700円（税込）／3回

テニスで頭が良くなる!? 全米テニス協会が発表したテニスをするべき10の理由

1. **ダイエットに効果がある**
シングルス1時間につき580～870kcal消費する。
2. **長生きできる**
週に3時間のテニスによって心臓疾患のリスクが56%低減される。
3. **心臓・筋肉・骨が強くなる**
他のスポーツに比べ、テニスをする人は心臓血管系の罹患率が低い。
4. **ハンド・アイコーディネーションの向上**
テニスを行うことで敏捷性、バランス、コーディネーション、反応時間が向上する。
5. **ストレスを軽減する**
テニスはメンタル面、社交的側面においても大いにメリットがある。
6. **脳力を高める**
戦略的なプレーは脳を活性化させる。テニスをやる子は成績が向上する。
7. **問題解決力の強化**
幾何学や物理学を駆使したコース戦略は、様々な面で活用できる。
8. **家族や友達と楽しめる**
年齢を問わず、気軽な準備で多くの人と楽しめる。
9. **チームワークやスポーツマンシップの向上**
ダブルスや団体戦を通じてコミュニーション能力がアップする。
10. **ソーシャルスキルの向上**
テニスを行うことでより明るく、よりポジティブ思考になる。

出典:米国スポーツ医科学専門チームからテニスに関する最新レポート

「お子さんの学力を上げたい!」「運動できる子に育って欲しい」
そんな親御さんの想いに応えるスポーツがテニスです!

だから選ばれる

高松ローンテニスクラブは
テニスを通じたお子様の成長を最大限
サポートする指導を実施しています。

[1] 専門コーチの指導
学校の部活では味わえない専門的な指導。

[2] 実践を意識したレッスン
試合で自ら考える力を養う。

[3] 少人数制
コーチの一人一人にあったきめ細やかな指導。

[4] 学校と両立できるコース
学校終わりでも通いやすいコースを用意。

運動能力も学力も両方高めたい!というお子様にピッタリのクラブです。

始めるなら今がチャンス!
チラシ持参
スポーツソックスプレゼント

▶▶▶ 短期ジュニアテニス教室終了後にご入会いただくと

入会金・登録料　シューズ・ラケット

無料+Wプレゼント!

※6ヶ月の在籍が条件となります。

こちらも参加者募集中!

大人 一般トライテニス 初心者テニストライアル 無料

テニスってどんなスポーツか試してみて下さい!
8月7日(土) 21日(土) 28日(土)
14:15～15:05（50分）

1分で完了 短期ジュニアテニス教室・一般トライテニス・通常体験レッスンお申し込みはコチラ!

高松ローンテニスクラブ
〒179-0075 東京都練馬区高松 1-22-16

「チラシの体験教室の件」とお伝えいただくとスムーズにご案内いたします。
Tel 03-3990-4994
http://www.takamatsu-tennis.jp
front@takamatsu-tennis.jp

圧倒的に上達が早い!

少人数制で一人一人に目が行き届く!
他校より［最大20分］長い時間設定で、
毎回レッスンの最後は試合を楽しみます!

入会金・登録料 0 円!!
費用は毎月の月謝のみ。

全天候型なので
雨の日もスケジュール通り!!

テニスで学力も向上!

広いコートで思いっきりボールを追いかけて、
力いっぱいボールを打つ事でストレス発散となり、
頭がリフレッシュされ集中して机に向う事ができます。

ジュニア短期テニス教室時間割

Time	月		火		水		木		金	
16:30～17:40	J1	J2	J1	J2	J1	J2	J1	J2	J1	J2
17:50～19:30	J4		J3	J4	J3	J4	J3	J4	J3	J5(選抜)

ジュニアスクール料金

	受講クラス	月会費12週料金
ジュニア	J1・J2（70分）	9,636 円（本体 8.760 円）
	J3・J4・J5（100分）	11,616 円（本体 10.560 円）

※複数受講割引、家族受講割引あります。
※1期3カ月間で12週と13週の期があります。
※レッスンの生徒人数は定員8名（コーチ1名）、定員12名（コーチ2名）となっております。

通常1回の体験レッスンも実施しています。（体験料 1,100 円）

アクセス

環八通り 練馬中学校北
交差点を曲がってスグ!!
区立練馬中正門前

お車でお越しの方
- 四面道より約 14 分
- 中台 I.C. より約 14 分
- 練馬区役所より約 6 分

自転車でお越しの方
- 光が丘公園より約 12 分
- 東武東上線「平和台駅」より約11 分
- 西武池袋線「練馬高野台駅」より約12 分
- 西武豊島線「豊島園駅」より約 9 分

ジュニアクラス編成

J1（70分）
5 才～小学低学年・小学生の未経験者対象

小学低学年対象。体を動かすことの喜びとテニスの楽しさ知ります。また、ボールとラケットの感覚を身体で覚えます。レッスン中の協調性も持たせます。（スポンジ・レッドボール使用）

J2（70 分）
小学中学年～小学高学年の経験者対象

小学中学年対象。基本ストロークの身体の使い方を覚え、目標に向かってボールを打つ意識を高めます。試合のポイントの数え方や、ルール、マナーも覚えます。レッスン中の協調性を重視します。（レッド・オレンジボール使用）

J3（100 分）
小学高学年経験者～中高生の未経験者対象

小学高学年経験者、中高生対象の入門クラス。基本ストロークをイエローボールに対応させ、スクールの仲間同士でシングルス、ダブルスが楽しめるようになります。長期休暇中に近隣の試合に参加していただきます。（グリーン・イエローボール使用）

J4（100 分）
大会を目指す小学高学年～中高生対象

大会を目指す小学高学年以上、中高の大会などで上位を目指すお子さんが対象。（イエローボール使用）

J5（100 分）
大会を目指す中高生対象

本人の自主性・創造性を重視します。また、クラス内ではお互いに思いやる心を持ちクラス全体でのレベルアップをはかります。（イエローボール使用）

短期ジュニアテニス教室受付中!

※当日は動きやすい格好でお越しください。
シューズ、ラケットの無料レンタルもございます。

お電話または、HPよりお申し込みできます。
ご不明な点・体験レッスンなどお気軽にお問い合せください。

Tel 03-3990-4994
http://www.takamatsu-tennis.jp