

T.T.LBRL GW強化合宿



日程: 5/4(土)~5/6(月) 2泊3日
スケジュール

5/4(土)	AM6:30	集合(予定)JR青梅線小作駅(貸切バスにて出発)	5/6(月)	AM5:50	起床
	AM11:00	現地テニスコート到着予定(渋滞を考慮)		AM6:00	早朝トレーニング
	AM11:30	昼食(各自持参)		AM7:00	朝食
	PM12:00	練習開始 (基本練習中心)		AM8:15	練習開始(基本練習)
	PM18:00	夕食		AM9:30	サーブ強化
	PM19:00	風呂		AM10:30	戦術パターン練習
	PM20:00	戦術ミーティング		PM12:00	昼食
	PM21:30	自由時間		PM13:00	ゲーム練習(シングルス・ダブルス)
	PM22:30	消灯		PM15:00	合宿終了 温泉入浴
5/5(日)	AM5:50	起床	PM16:00	現地出発	
	AM6:00	早朝トレーニング	PM20:00	JR青梅線小作駅到着予定	
	AM7:00	朝食			
	AM8:15	サーブ強化			
	AM9:30	戦術パターン練習			
	AM10:30	シングルスポイント練習			
	PM12:00	昼食			
	PM13:30	サーブ強化			
	PM14:30	戦術パターン練習			
	PM16:00	ゲーム練習(シングルス・ダブルス)			
	PM18:00	夕食			
	PM19:00	風呂			
	PM20:00	戦術ミーティング			
	PM21:30	自由時間			
PM22:30	消灯				



料金: 42,000円(税込)

料金に含まれるもの

(往復バス代、テニスコート代、傷害保険代、宿泊代、食事6食分、ボール代、レッスン費等)

キャンセルについて: キャンセルの場合は3日前よりキャンセル料金がかかりますのでご注意ください。

(5/1 50%、5/2 70%、5/3 100%)

スタッフ: Tennis Team Liberal コーチングスタッフ

宿泊先

snow raccoon

〒386-0601

長野県小県郡姫木平3518

TEL.0268-69-2729

FAX.0268-69-2747

定員: 16名(先着順)定員になり次第締め切らせていただきます。

<レッスン中や移動中の傷害につきましては応急処置はいたしますが、傷害保険の範囲での対応となり、以後の処置・処理については責任を負いかねますのでご了承ください。>

お申込み: 下記メールアドレス又はFAXにて

①氏名 ②連絡先電話番号&メールアドレス ③性別 ④年齢 ⑤戦績 をお送りください。

(申し込みを確認後こちらからメールにてご連絡します)



HP: <http://ttl.boo.jp/>

Mail: t.t.lbrl@i.softbank.jp

TEL・FAX 042-513-7499

東京都福生市加美平1-17-1



