

# 2026年 春のら・ら♪テニス (第16回)

～初めての方も久しぶりの方も～

「テニスは最も健康に長生きできるスポーツ！」という研究結果が発表されています！

健康に過ごすため！楽しいテニスで仲間の輪を広めたい！

子育て一段落、何か趣味を、体を動かしたい、皆さんお待ちしております！

主催 : 日本女子テニス連盟 秋田県支部

日時 : 5/12(火)・5/19(火)・5/26(火)  
10時～12時

※コート確保できなかった場合は事前にHPでお知らせします。

※雨天中止の場合は当日朝8時頃までにHPでお知らせします。

会場 : 秋田市八橋運動公園テニスコート(砂入り人工芝)

対象者 : ・初めて(未経験)の方  
・初心者  
・女子連大会C級、B級  
※クラス分けをしてレッスンします。

参加料 : 1回 1,000円 ※当日に集金します

申込方法 : ネット申込先 日本女子テニス連盟 秋田県支部ホームページ

<https://akita-tennis.com/altf/>

※ホームページより加盟登録手続きもお願いします(年会費1,500円)

※初めてご参加の方は、5/12(火)に1回無料で体験できます。

※ラケットを貸し出します。必要な方はお申し込みください。

締切日 : 4月21日(火) (開催日の3日前まで追加申込可能です)

その他 : \*日本スポーツ協会認定普及員による指導です。  
\*テニスのできる服装・シューズ・飲み物  
\*期間中は、医師・トレーナーは常駐しておりません。熱中症や負傷事故など  
については応急処置をとりますが、基本的に自己責任になります。  
支部加入の傷害保険の範囲内での措置となります。

お問い合わせ : ディレクター 大沼留美子 090-4315-1086