

やろうぜ!! そふてに♪

ソフトテニス (軟式テニス)とは!?

- 日本発祥のゴムボールを使用したテニス競技!
中学高校生の部活の中で人気の高いスポーツ♪

グンゼスポーツ吹田ミリカ ソフトテニス体験会のお知らせ



☆体験会詳細☆

- 【日時】・7/ 9 (土) 15:10~16:20 ・7/16 (土) 15:10~16:20
 ・7/23 (土) 15:10~16:20 ※各70分制 ※お一人何回でも参加OK
- 【場所】グンゼスポーツ吹田ミリカ 3階テニスコート (Aコート)
- 【料金】お一人500円 (税込) / 1回
- 【対象】小学4年生以上~中学生3年生まで
- 【定員】各10名
- 【持物】運動できる服装・飲み物・タオル・運動靴又はテニスシューズ
 ※ラケット及びシューズは無料レンタル可能です。(シューズは土足可)
- 【受付】お電話又は店舗窓口にてご予約下さい。
 ※先着順となりますのでお早めにお申込み下さい。
 ※キャンセルの場合は前日までにご連絡下さい。
 ※ご予約・お問合せはコチラまで⇒TEL.06-6878-5160



GUNZE
SPORTS

グンゼスポーツ吹田ミリカ

TEL.06-6878-5160 〒565-0815 大阪府吹田市千里丘北1-7
【営業時間】 平日10:00~11:00 土曜10:00~20:00 日祝10:00~18:00

店舗ホームページ



体験会の流れ

体験当日は1階フロントにて受付を行ってください。
終了後のアンケートにご協力お願い致します。

ウォーミングアップ

約15分

- ・様々な運動能力をトレーニングします。(コーディネーション)
- ・簡単なヒッティングから基礎を練習します。

テーマドリル

約20分

- ・その日のメンバーに応じたテーマドリルを実施。
- ・打ち方(フォーム)や返し方(タイミング)の基礎を練習します。

個人指導練習

約20分

- ・個人の課題をマンツーマン指導で解決します。
- ・悩みや不安な事をコーチに相談しやすい！

ゲーム

約15分

- ・最後にゲームで今回の練習を復習 & 実践します。
- ・ゲームの中での勝ち負けを楽しみましょう♪



体験会のご参加は
先着順となります。
お早め
にお申込み下さい。

ソフトテニスと硬式テニスの違い

①ラケットとボール(道具)の違い



ソフトテニス

軽い	← ラケットの重さ	→ 重い
長細い	← ラケットの形状	→ 丸い
柔らかい	← ボールの硬さ	→ 硬い
飛びにくい	← ボールの飛び	→ よく飛ぶ

硬式テニス



②ボールの飛び方(伸び方)の違い

硬式テニスのボールに比べ、ソフトテニスのボールは柔らかく、衝撃を吸収しやすい
柔らかいゴムボールですので、バウンド後の球速やバウンドが大きく低下します。
その為、硬式テニスよりもソフトテニスの方が比較的簡単に習得しやすいといわれています。

