

仕事の後はエコパークへ GO!

皆が気軽にテニスを楽しめるクラブ、はじめます

参加料  
1回 500円  
(当日徴収)

# エコパーク AFTER 5 テニスクラブ



11月 2(木)・9(木)・16(木)・22(水)・30(木)  
19:00 から 20:30 まで ※雨天中止

## メンバー募集中!

自分に合ったクラスを選んで、都合が合う時に参加しよう!

### スキルアップクラス 定員 10名

初級者が対象で、スキルアップを重視したクラスです! 日本スポーツ協会公認コーチや国体出場経験のある経験豊富なコーチが指導します!

- 1回目 ストローク
- 2回目 ボレー
- 3回目 サーブ&リターン
- 4回目 ゲーム形式(雁行陣)
- 5回目 ゲーム形式(平行陣)



### はじめて FUN クラス 定員 10名

初心者が対象の、0から始める楽しむことを重視したクラスです! ラケットの貸出が有るため、気軽に参加できます。

ラケットの握り方やボールの感覚に慣れ、打ち合いができるようになることを目指します♪



場所

エコパーク水俣  
テニスコート

対象者

一般の方  
18歳以上

準備物

動きやすい服装、運動靴  
タオル、飲み物など

【お申し込み】エコパーク水俣へ直接お申し込みいただくか、お電話でお申し込みください。

● お申込み締め切り: 各回 2 日前まで

● エコパーク水俣管理事務所 TEL0966-62-7501

(一財)熊本県スポーツ振興事業団は、エコパーク水俣の指定管理者【ハートリンク水俣】の一員として、様々な自主事業を行っています。

## 子どもたちの

## 体力・運動能力 向上

苦手を克服するプログラムや遊びを通じて身体動作を習得するプログラムなどで、子どもたちに【カラダを動かすことが好き！楽しい！】と思ってもらえることを目指します。また、子どもプログラムの売上げの一部は水俣キッズスポーツサポーター基金へ寄付するため、プログラムへ参加するだけで水俣の子どもたちの健全な成長を支援できます。

### 走り方教室

### かけっこ教室

### 鉄棒教室

広大な敷地面積を有し、様々な楽しみ方ができるエコパーク水俣はたくさんの方で賑わうにはもってこいの場所。子どもも大人も楽しめるイベントを開催してたくさんの方にこの公園の良さを伝え、提案していきたいと思います。今年は普段なかなかやらないスポーツを集めた「レアスポーツフェスティバル」を新たに開催し徐々に賑わいの創出を進めています。

### レアスポーツ

### フェスティバル

## 皆が楽しめる

## 賑わいの創出

## 働き盛りと シニア世代の

## 健康づくり

豊かな自然が四季折々の情緒を感じさせるエコパーク水俣の施設機能を活かし、特にご高齢の方にはノルディックポールを使った【歩く】と公園の【四季を愉しむ】ことを提案したプログラムを推進します。また、働き盛り世代の方には、初心者でも気軽に入れる内容や、運動を通じた仲間づくりもできるようなプログラムで楽しい健康づくりを提案します。

### 四季のパークツアー

### ノルディック ウォーキング教室

いろんな体験で  
体も心もワクワクしよう！

最新のプログラム  
情報はここ