

土曜日開催



# SELFプレミアム 谷合バドミントン教室



YouTubeで  
お馴染み



## 東高津中学校体育館校

講師：谷合 弘成

公益財団法人日本スポーツ協会公認バドミントンコーチ1

【場所】 東高津中学校体育館

【定員】 各教室24名

【持ち物】 室内専用シューズ・運動に適した服装  
ラケット・汗拭きタオル・飲料水

教室の目標：初心者から経験者まで、どなたでも楽しく参加できるような環境を作り、バドミントンを通して健康づくりやリフレッシュをしていただければと思います！練習の中で技術の向上も感じていただけるよう、基本練習やパターン練習、ゲーム練習などを取り入れていきます！

ワームテール・タニアイ  
【ヴァリバド】

【基礎クラス】 18:00~19:20

基本的な体の動かし方・ストロークの質の向上など基礎レベルを向上したい方におすすめ

【応用クラス】 19:30~20:50

基礎的なストロークはもちろん、応用的なパターン練習など応用的な練習をしたい方におすすめ

体験代：1100円（初回時のみ、SELF会員カード作成代 500円）

レッスンは1回 2,000円

【1期】 4月： 11日 25日

5月： 23日 30日

6月： 13日 27日

全6回 12,000円

※3月末までにお振込みください

【振込先】川崎信用金庫 高津支店 普通口座 1202090

特定非営利活動法人 高津総合型スポーツクラブSELF

お振込み名（例）DKカワサキ ハナコ（基礎クラス：DK、応用クラス：DO）

SELF事務局 044-833-2555

受付時間 16:00~20:30

<https://ssl.form-mailer.jp/fms/ea986a98608723>

インターネットより先着順のお申し込みとなります！

NPO法人高津総合型スポーツクラブSELF

