

# テニスは健康長生き No.1 スポーツ

## 初心者テニス体験教室

参加者募集中！ お気軽にご参加ください

- 運動不足解消に
- 健康維持・増進に
- ストレス解消に
- ダイエットに
- 老化防止に

テニスを習慣的にする人は、運動をしない人より9.7年寿命が長いことがアメリカとデンマークの研究チームによって明らかになりました。これは、ほかのスポーツと比較してダントツです。人生100歳時代、テニスでたのしく健康で長生きしましょう！



<日時> 2023年 ●各日ともに16:00~17:00

1月7日(土)	2月4日(土)	3月4日(土)	4月1日(土)
5月6日(土)	6月3日(土)	7月1日(土)	8月5日(土)
9月2日(土)	10月7日(土)	11月4日(土)	12月2日(土)

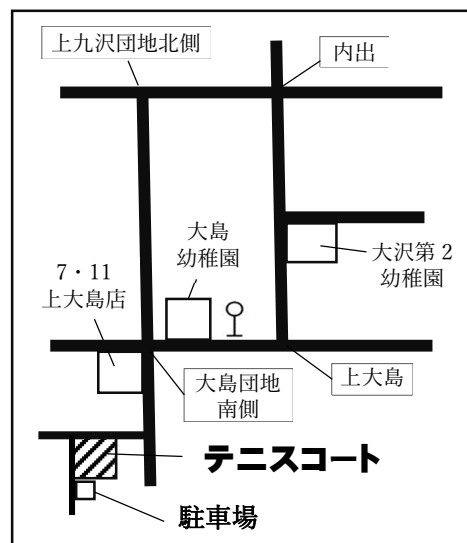
<募集人数> 12人 ※対象：中学生以上、小学生(4年生以上)は保護者と一緒の場合に限り参加可能

<参加費> 500円 ※保険料及び消費税を含む

<申込> 事前にご予約のうえお越しください

### 【注意事項】

- ※運動ができる服装と靴でお越しください。
- ※ラケットは、無料でお貸しします。
- ※開始時間の10分前までにお越しください。
- ※雨天の場合は、中止となります。1時間前に判断しますので、お問合せ下さい。
- ※新型コロナ感染症拡大防止にご協力をお願いします。



## 大島フラワーテニスガーデン

相模原市緑区大島 644-5  
電話 042-761-8569



大島 テニス

検索

