

参加中学生募集！

中高ソフトテニス合同練習会 ～みんなで強くなろう！～

大館市内の高校生と一緒に練習し、

高校生が中学生に対して技術指導を行います！

講師校 大館市内高等学校男女ソフトテニス部

場 所 タクミアリーナ

日 時 令和8年3月14日(土)09:00~16:00

対 象 大館市内中学校・大館市内クラブチーム ソフトテニス部員
中学3年生も可
※男女問わず

参加料 ひとり500円(税込)当日徴収

持ち物 ラケット、シューズ(内履き)、運動できる服装
ゼッケン、飲み物、昼食、メモ帳、筆記用具、参加料500円

申込先 タクミアリーナ FAX:0186-48-7281 TEL:0186-43-7136
別紙要項をご確認の上、所定の申込書に必要事項を記入し、
FAXまたは直接持参してください。
※学校で参加される場合は、代表者の方がまとめて申込みください。

主 催 一般財団法人大館市文教振興事業団(樹海体育館)
主 管 秋田県立大館鳳鳴高等学校男子ソフトテニス部 小野大輔先生
大館市立第一中学校女子ソフトテニス部 笹原健吾先生
協 力 大館市内高等学校ソフトテニス部

<自分の身体を知ろう！！>

体成分分析装置(InBody)を活用し、パフォーマンス向上につなげましょう。

InBody とは…1kHz の低周波から 3000kHz の高周波数の電流を用いて、体成分(筋肉・
体成分・体脂肪など)を測定します。プロスポーツ選手(特に野球選手)も
トレーニングに活用している装置です。

※練習中に、InBody 測定を行います。測定は強制ではありません。

参考:<https://www.inbody.co.jp>【公式】体成分分析装置 InBody(インボディ)