

タクミアリーナ主催 ソフトテニス振興事業 ～みんなで強くなろう！～

大館市のソフトテニス活性化のため、
皆さんの技術を中学生に教えてみませんか？

講師をしてくれる高校ソフトテニス部を募集します！！

- 日 時 <事前練習会> ※高校のみ
令和7年 3月 15日（土）09：00～17：00
- <中高合同練習会>
令和7年 3月 20日（木・祝）09：00～16：00
- 場 所 タクミアリーナ
- 参加料 1校3,000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
飲み物、昼食、筆記用具
- 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。
- 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
大館市立東中学校男子ソフトテニス部 笹原健吾先生

<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… 1 kHz 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)**