



NANAHA練習会

大人のバドミントン基礎講座 予定表

12月の練習予定

	¥500	中・上級者 ¥500			¥600	
日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3 市体メイ④ 11:00～ 13:00	4 トライ3面 13～16時	5	6	7 河内体⑥ 9:30～ 12:00	8
9	10 平出(全) 9:45～ 12:00	11 トライ3面 13～16時	12	13	14 河内体⑥ 9:30～ 12:00	15
16	17 市体メイ④ 11:00～ 13:00	18 トライ3面 13～16時	19	20	21 河内体⑥ 9:30～ 12:00	22
23	24 休み	25 トライ3面 13～16時	26	27	28 休み	29

1月の練習予定

	¥500	中・上級者 ¥500			¥600	
日	月	火	水	木	金	土
		1 休み	2	3	4 河内体⑥ 9:30～ 12:00	5
6	7 平出(半) 9:45～ 12:00	8 トライ3面 13～16時	9	10	11 河内体⑥ 9:30～ 12:00	12
13	14 休み	15 トライ3面 13～16時	16	17	18 河内体⑥ 9:30～ 12:00	19
20	21 市体メイ④ 11:00～ 13:00	22 トライ3面 13～16時	23	24	25 河内体⑥ 9:30～ 12:00	26
27	28 市体メイ④ 11:00～ 13:00	29 トライ3面 13～16時	30	31		

インターネットからも確認できます <http://www.nanaha.co.jp/course.html>

火曜日：19～21時（陽東中） / 土曜日：18～20時（石井小） で練習会を開催してます（担当：日山コーチ）

（※サンクススポーツクラブ陽東に加入する必要があります。詳細は浅野までお問合せ下さい。）