

# はじめてのバドミントン (金)

～基本からゲームまで～

バドミントンを通しての健康・仲間作り

講師 厚石 博美  
厚石 健太

回数	月日	曜日	内 容
1	9/28	金	○開講式 顔合わせ・基礎練習・役員決め・ラケットの握り方、振り方
2	10/5	金	基礎練習 基本動作、シャトルの打ち方
3	10/12	金	基礎練習 基本動作、シャトルの打ち方、パターン練習
4	10/19	金	基礎練習・ゲーム説明 ゲームのルール・進め方
5	10/26	金	基礎練習 ゲーム
6	11/2	金	基礎練習 ゲーム
7	11/9	金	基礎練習 ゲーム
8	11/16	金	基礎練習 ゲーム
9	11/30	金	基礎練習 ゲーム
10	12/14	金	○閉講式 基礎練習、ゲーム、講座のまとめ

教 材 費	500円 (シャトルコック代)
開 講 時 間	19:00～21:00 (2時間)
定 員	30名 (定員になり次第、締め切ります)
場 所	体育館
準 備 す る も の	ラケット、体育館シューズ、水分補給の水

※ 遅刻や欠席をする場合は、必ず勤労青少年ホームまでご連絡ください。

※ 返金は、原則としていたしません。

※ 受付は7月13日(金)～7月26日(木)です。

鹿児島市勤労青少年ホーム

〒890-0063 鹿児島市鴨池2丁目32-30  
TEL 099-255-5771 FAX 099-255-5750

E-mail [yuyukan@sicweb.jp](mailto:yuyukan@sicweb.jp)

ホームページ <http://yuyukan.sicweb.jp/>

Twitter @yuyukan6

Facebook 鹿児島市勤労青少年ホーム (事務局発信)

