

2023年7月度② テニス同好会活動報告



第113回 テニス同好会 (7月25日) 朝宮公園テニスコート 3, 4コート 参加者: 8名

スナップ写真



2023年7月度② テニス同好会活動報告

★7月度・・・7月25日(火)

- ・参加者 8名(稗田・加藤・米岡・井崎
・石津・田中・西尾・太田)
- ・場所 朝宮公園テニスコート 3, 4コート
- ・時間 9時～11時

(状況)・梅雨明け後、朝からうだるような暑さの中、8名の参加で、朝宮公園で2面、2時間練習しました。8名のため全員が一斉にゲームをした後、10分休憩し、次にペアを変えゲームをと繰り返しましたが、あまりの暑さに途中でリタイヤされる方も出ました。夏場の練習は、熱中症を避けるため、十分な水分補給と十分な休憩を取ることに心掛け、無理は絶対にしないことです。8月も2回活動を予定していますが、別途暑気払いを予定しています。