

春野インドアテニスステージ不定期読物

# はるの通信

Vol. 1

～元気の素、注入します！～

さあ、今回からスタートの「はるの通信」。春野インドアテニスステージで予定しているイベントやSALE、その他耳より情報やそうでもない情報などを直接皆さんにお伝える、ちょっとアナログな読物です。お暇な時に軽～く読み流して下さい。

## 春野の新体制はキングギドラ？！

4月より春野インドアテニスステージは吉井直志コーチ・齋藤悠貴コーチのツートップでヘッドコーチを務め、運営して参ります。そしてスーパーサブに長内健太郎コーチ。万全の体制で臨んでおりますので宜しく願い申し上げます。

春野も11月でぴったり5歳！皆様にとって毎日が楽しみになるスクールを目指してこれからも成長していきたいと思っておりますので、皆様からのご意見・ご要望も是非お寄せ下さい。

## 第2回軽井沢エキシブキャンプ (MBC)

決定！

昨年、大好評のうちに行われました、軽井沢エキシブキャンプ。告知が遅すぎて、都合がつかなかった方もたくさんいらっしゃいました。本当にごめんなさい。今回は早めの告知です！5月17日(木)～18日(金)の1泊2日、金額は前回よりも値下げの33,000円くらいにな

る予定です。募集20名。参加コーチは、丸山コーチと長内コーチを予定しており、参加人数によってもう一人アシスタントコーチが帯同します。

テニスといえば軽井沢！素敵ホテル、美味しい食事、熱いレッスン、予測不能な夜、誰かの誕生日、前回以上にパワフルでスペシャルな2日間が皆様をお待ちしております。募集開始、詳細は近日発表、まずは開催決定の告知でした。

## 今年のGWも春野でテニス三昧。

4月29日(日)～5月3日(木)までの期間、通常レッスンはお休み致します。期間中は様々なイベント&レッスンを企画しておりますのでスケジュール調整しておいて下さいね。各イベントの詳細は館内に掲示致しますので、そちらをご覧ください。

## 5月から受講プランが豊富になります。

「月に4回じゃ物足りないけど、8回じゃこなすのが大変なのよね」そんな方へおススメの受講プランが出来ました。これまで基本受講スタイルである週1回(月4回)のプランから受講回数を増やす場合には、週2回(月8回)に在籍クラスを増やすプランとレッスンチケットを別途購入して頂くプランの2つしかありませんでしたが、今後は月ごとの受講回数プランを、月2回受講・月4回受講・月5回受講・月6回受講・月8回受講の5つのプランからお選び頂けるようになります。様々な生活パターンの中で、無理なく無駄なくテニスができるように～料金等の詳細は改めてご案内致します。

## サトちゃんペツ！

月曜日が定休日となり春野の皆さんとお会いすることがなくなってしまいました。皆さんお元気ですか？佐藤です。

毎号、日常生活でも簡単にできるストレッチをご紹介しますので、是非実践してプレーに活かして下さいね！

もっとストロークやサーブをしっかりと打ちたい！そんなあなたのご要望にお応えする、肩甲骨周りのストレッチです。

まず、頭の上で手を合わせ、グーッと上に伸びをします。手を合わせたまま頭の後ろに手をおろしましょう。この時に、視線を下さずに背筋をピンと伸ばします。肋骨が開いて肩の前の筋肉が伸びているのが分かりますね。10秒行ったら上に伸びをしてまた下ろす。これを3セット。これでストロークやサーブで使う肩関節の可動域が広がり、今までよりも大きな動作でスイングできるようになります！

## 今度のウェアスーパーSALEは6月！

毎回大好評の「スポーツジュエニア協力 ウェアスーパーSALE」。次回開催日が決定しました。

6月17日(日)～26日(火)までの10日間です。驚きのご奉仕低価格と豊富な品揃えが、皆様をお待ちしております。やっぱり新しいウェアに身を包むと気持ちもリフレッシュ！いつものレッスンも何かココロがウキウキして、Nice Shotの連発になるかも！お楽しみに！

## 小平チャンプは今日もカリカリ

3/31(土)に行われた「小平市民大会ー男子ダブルス」に兄(そっくりと言われてます)と組んで出場しました長谷部です。昨年の秋に惜敗したペアとの決勝でリベンジを果たすことができ優勝することができました！兄がペアということもあって、ミスしてもいいという気楽な気持ちで思い切ったプレーができたのが良かったのかなあ。ちなみにフィアンセと組んだミックス大会でも優勝して2冠達成。付き合っている同士で組むとロクな事がないというジンクスは僕達には関係ないのだった！……すみません、調子に乗りました……。どこかでちゃん

と紹介させていただきますので、ヨロシクです。

## 編集後記

人生初（たぶん）のインフルエンザウィルスの感染者となりました。その後も3歳の娘にばっちり伝染して家族中の鬨をかい、食器を洗いながら挽回のチャンスを伺っている今日この頃……。21日から始まるフェド杯の行方も気になるところ。いかがでしたでしょうか、今号のはるの通信。皆様にとって有益な情報となっていれば幸いです。次号はいつ発行されるのか？またなにかに感染した時なのか……。TS JAPANのスタッフBlogもチェックして下さいね。