



# ジュニア通信

## 6月の月間目標

### 【行動を早くしよう！】

行動を早くすると、どんないい事があるかな？

- 並ぶのを早くしよう！
- 集合を早くしよう！
- ボール拾いを早くしよう！

1球でも多く打てるように行動を早くすると  
どんどんうまくなるよ！！

### <保護者の皆様へ>

#### ●マスクの着用について

テニスはスポーツの中でも運動量の多いスポーツです。

また、接触スポーツではありませんので、プレー中は指導員からマスクを外すように指導する場合もございます。

文科省からは、学校体育等の運動時はマスクを外して良いとの通達が出されております。

感染症予防と同時に、子ども達の熱中症予防にも取り組んで参ります。

#### ●水分の摂取について

これから暑くなる日がございます。熱中症予防のため、レッスン前に約200ml・レッスン中に約500ml、レッスン後に約200mlの水分補給が理想です。

これからの時期は水分を多めに持たせるようにご協力をお願い致します。

