

バレーボール教室申込書

～大分三好 ヴァイセアドラー～

教室内容

(例 2時間コース)	1.ウォーミングアップ (敏捷性upトレーニング)	30分
	2.パス (オーバーパス、アンダーパス)	15分
	3.レシーブ (強打レシーブ)	10分
	4.スパイク (ポジション別)	20分
	5.サーブ	15分
	6.ゲーム (選手と生徒混合、対選手チーム)	30分
		計120分

(対象者、参加人数によって教室の内容を変更させていただきます)

主催団体名 ()

代表者名 () 連絡先 ()

派遣住所 ()

希望日時 ()月()日 ()時 ~ ()時

対象 年齢()歳 ~ ()歳 合計()人

* 対象者、人数に応じて派遣選手の人数、派遣料を相談により決めさせていただきます

準備物 シューズ タオル 着替え 飲み物 等

問い合わせ 大分三好 ヴァイセアドラー事務所

TEL 097-529-9009

FAX 097-529-9002

受付時間 10:00~17:00