



第26期 卓球プログラム実施概要

第26期を計画しました。健康に気を付け楽しく練習に取り組みましょう。

1 期日と時間帯 及びトレーニング会場

① 尼崎会場 2024年7月6日～2024年12月21日

② 日（土曜日全13週） 14時00分～16時

私立百合学院小学校 体育館 尼崎市若王寺2-18-2

① 宝塚会場 2024年7月6日～2024年12月21日（土曜日全12週）17時30分～19時

宝塚市立長尾南小学校 体育館 宝塚市山本南2丁目

2 スタッフ マネージャー 仁科俊和

尼崎会場ヘッドコーチ 岡本道子 木佐木泰子、諏訪節子、長谷川美枝子

杉山俊文、兵頭賢一、神田眞佐江

宝塚会場ヘッドコーチ 大隅順子 三輪一功、松岡功晃、浅田幸夫 片西順子

3 トレーニング全13週 ①7/6 ②7/20 ③8/3 ④8/17 ⑤9/7 ⑥9/21 ⑦10/5

⑧10/19 10月27日兵庫卓球競技会 ⑨11/2 ⑩11/16 ⑪11/30 ⑫12/7 ⑬12/21

（最終日記録会）

4 練習時間 約2時間（開始定刻10分前に 集合完了） 出欠確認と準備体操

5 費用

① 賛助金3000円（年額）但し原籍が他プログラムの方は協力金として1500円（年額）

② 運営費（会場費を含む）としてアスリート1人当たり1期1000円（1年を2期に分ける）

③上記の他に尼崎会場費として1期分15000円を尼崎プログラムより補助

器具・備品代も尼崎プログラムから補助します

①②の他に必要な経費が生じたとき、前もって相談し徴収します。

6 ファミリーにお手伝いのお願い

① 出席受付、会計、尼崎プログラム運営委員会への出席

② コーチのサポートやコーチとファミリー間の要望連絡調整にご協力下さい。

7 練習の流れ

① 今日の目標の発表 ②準備体操 ③休憩の取り方 ④練習 ⑤整理体操と次回の予定

8 ユニファイドを体験 アスリートと健常者とチームとなってプレーする

ユニファイド希望の健常者の方の参加を募集しています。

問い合わせ先 SO日本・兵庫 尼崎プログラム 卓球マネージャー 仁科まで

TEL 06-6429-6886、090-3718-2473