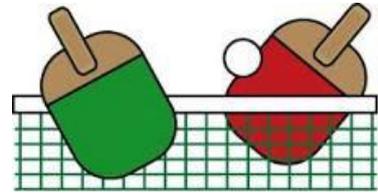


多賀ママ卓球クラブ

発 足：昭和46年7月26日

講 師：五島 由起子先生

会員数：16名



活動の目的

- 1) 健康維持
- 2) 美しさと若さを保つ
- 3) 自分自身をリフレッシュ

練習の目的

- 1) 駆け足、ストレッチ等の準備体操
- 2) シングル、ダブルスの基礎練習
- 3) フットワーク（足を動かし、一球一球しっかり打つ）
- 4) いろいろな球質に対応（頭を使う）

努力と継続で強くもなり楽しいプレーもでき、週一度の練習が生きがいです。
毎週木曜日が練習日です。

