

令和7年11月吉日

各支部長 様  
所属長・卓球部顧問 様

長野県卓球連盟  
会長 今井 竜五  
長野県卓球連盟普及委員会

### 令和7年度第2回 初・中級者対象卓球普及講習会について

時下ますますご清祥のこととお慶び申し上げます。平素は、本卓球連盟に多大なるご支援、ご協力を賜り誠にありがとうございます。

さて、長野県卓球連盟の普及委員会では、今年度も更なる卓球競技の普及促進に向け活動をしてまいります。

つきましては、下記のとおり卓球の普及講習会を計画しましたので、ふるってご参加いただきますようご案内をお願いいたします。

### 記

- 1 日 時 令和7年11月24日（祝・月）  
受付：13：30～13：50 講習 13：30～16：30
- 2 会 場 松本市 エア・ウォーターアリーナ松本（松本市美須々5-1）  
2階サブアリーナ
- 3 主 催 長野県卓球連盟・松本市卓球連盟
- 4 主 管 長野県卓球連盟普及委員会
- 5 参加資格 当日の大会参加者及び中信地区在住の小学生・中学生
- 6 講 師 普及委員長・田中学（コーチ3資格）、トレーナー普及委員等
- 7 参 加 料 午後の中級講習会無料
- 8 参加申込み 事前申し込み 次のサイト又は右の QR コードからお申し込みください。  
<https://forms.gle/pTN0jHx5SSkKkPJT9> 申込〆切 11月20日（木）
- 9 持 ち 物 卓球道具一式（ゼッケン着用）、暑さ等の対策グッズ等
- 10 講習内容 卓球に必要な体の動かし方、ラケットワーク、基本打ちの体の使い方等  
世代に必要なトレーニング、基本から実践へ繋げる練習メニュー他
- 11 問 合 せ 次のメールへお願いします。[maakun.t@ezweb.ne.jp](mailto:maakun.t@ezweb.ne.jp)（普及委員長・田中）
- 12 そ の 他 ・当日の引率は、顧問、クラブ代表者又は保護者責任でお願いします。  
・スポーツ保険等の加入は各所属でお願いします。  
・教室内での怪我等の対応は、応急手当のみとしますので、当日個別に対応できるようお願いします。
- 12 支部へ依頼 ※普及委員会では、今後普及講習会等の活動を行ってまいります。各支部  
で初心者や初・中級の卓球教室等のご希望、今回のような大会会場での  
講習の希望がありましたら、ご連絡・ご相談ください（要会場確保、募  
集等）。

