

公式YouTube  
チャンネル

配信!!!

# はじめよう! テニス入門

障害者総合スポーツセンターのスタッフが  
はじめての方にも楽しんで頂けるテニス動画をお届けします!

初めての方でも  
楽しめる!

いつでも どこでも  
何度でも視聴できる!

障害に特化した  
動画内容も!

配信予定日	主な内容
12月 6日 (日)	ボールに慣れよう!
12月13日 (日)	【基礎編】 フォアハンド、バックハンド ストロークについて
12月20日 (日)	【基礎編】片麻痺者向け ストローク全般
12月27日 (金)	【基礎編】車いす者向け ストローク全般



＼よろしくお願ひします! /

下記のHPからも視聴できます

◎東京都障害者スポーツ協会:<https://tsad-portal.com/tsad>

◎東京都障害者総合スポーツセンター:<https://tsad-portal.com/mscd>

◎東京都多摩障害者スポーツセンター:<https://tsad-portal.com/tamaspo>



チャンネル登録

QRコードからでも  
アクセスできます

