

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(日)	【基礎編】車いす者向け ストローク全般

配信予定調整中です。  
公開をお楽しみに!

＼よろしくお願ひします!／

 チャンネル登録

QRコードからでも  
アクセスできます

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>

