

令和7年 7月3日

会 員 各位

富山県レディースバドミントン連盟
会 長 池 田 やす子

練習会の開催について（ご案内）

盛夏の候、日頃より、当連盟の活動に、格別のご理解とご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

さて、今年度も継続し片山卓哉氏をお迎えし開催いたします。各自のペースで無理なくチャレンジしてみませんか。多数のご参加をお待ちしております。

記

1.日 時 令和7年 8月 17日（日）9:00～16:00（受付 8:30～）

【日程】①午前の部（初心者、シニアコース） 9:00～12:00
②午後の部（中級、上級コース） 13:00～16:00
③1日コース 9:00～16:00 昼食（12:00～12:50）

2.内 容 ①午前の部 体に無理のない返球方法、また強い球を楽に返球する方法、最初の一步が出やすい方法、膝や腰に負担のかからないトレーニング方法、練習後のケアなど

②午後の部 コントロールについて、バック奥の返球方法や種類、身体の力身の取り方
身体を上手く使いこなすためのコンディショニング（スポーツ障害予防）
スマッシュレシーブなど楽に相手コートに返球したいなど
他にもお聞きした内容を片山さんに事前に伝え、プログラムを考えていただきます。

3.場 所 新湊アイシン軽金属スポーツセンター（中アリーナ）
〒934-0039 富山県射水市久々湊467番地 電話：0766-82-8277

4.講 師 片山 卓哉 理学療法士（コンディショニングルーム KATAYAMA 経営）

5.参 加 者 県レディースバドミントン連盟会員

6.参 加 費 ①②コース 1,000 円（シャトル代含む）
③コース 2,000 円（シャトル代含む）

7.参加申込 別紙申込書により、下記事務局へメール又は line にて申込下さい。
富山県レディースバドミントン連盟 理事長 松下 玲子 宛
〒938-0043 黒部市犬山 442-4
[メールアドレス：matsu-reiko@outlook.jp](mailto:matsu-reiko@outlook.jp)（アドレス変わりました）
携帯番号 090-8049-8459
締切は、**令和7年8月2日（土）**（期限厳守でお願いします。）

8.そ の 他 ・参加者は、各自において傷害保険に加入すること
・各自で、昼食を持参下さい。

9.講師経歴 片山 卓哉
1972年2月23日生れ、静岡県出身。中央大学、NTT 東日本バドミントン部を経て、現在埼玉県川口市でコンディショニング KATAYAMA を経営されており、トップ選手と理学療法士の視点をあわせもち、トップ選手からシニア選手まで、斬新なアプローチでバドミントンの技術向上のサポートなど幅広く活躍されている。

**令和 7 年度 県レディースバドミントン連盟
練習会 参加申込書**

団 体 名	
記載者氏名	(TEL)

NO	氏 名	NO	氏 名
1		9	
2		10	
3		11	
4		12	
5		13	
6		14	
7		15	
8		16	

締切：令和 7 年 8 月 2 日(土) まで

※詳細等のお問合せは、下記へお願いします。

富山県レディースバドミントン連盟
理事長 松下 玲子 宛
〒938-0043 黒部市犬山 442-4
[メールアドレス：matsu-reiko@outlook.ne.jp](mailto:matsu-reiko@outlook.ne.jp)
携帯番号 090-8049-8459