

花火大会に地域のお祭り、今年の夏はにぎやかになりましたね。

夏休みといえば合宿！アプローチでも多くの合宿のお手伝いをさせて頂きました。8月号は、予定を変更して、ど——ん！と合宿特集をお届けします！学生合宿から大人の合宿まで見どころ満載です♪



K 君の合宿報告

大阪府在住高校2年生男子、合宿に行ってきました〜！

7月某日、待ちに待った合宿！ラケバとボストンバッグに荷物を詰めて学校へ。キャリーケースでやって来た子もいて、旅行気分がアップ↑↑引退した先輩方に見送ってもらい出発〜！

〜合宿所に到着

山に囲まれた民宿で過ごす3日間…虫にお出迎えをしてもらいキャーキャー大騒ぎw コートは民宿から離れた場所にあり、お宿のマイクロバスで移動です。さあ練習スタート！

キャプテンが張りきって考えてくれた**鬼練習メニュー**…初日にして全員無口になる(_ _)
鬼練習を終えてバスに乗ろうしたらキャプテンからなんとランニング指令がっ！

お楽しみの**夕食**は どどんとお鍋！
ご飯はお代わり自由！お代わりしすぎて肝心のお肉が食べられなくなった友人を横目にお肉をたらふくいただきました♪

〜2日目

鬼練習メニューに心折れ始める。。。ウェアが何枚あっても足りない…けど1日練習できるってめっちゃ嬉しい！

鬼の練習を終えた夜、お待ちかねの**花火にBBQ**！
花火を持ったらお約束のオタ芸が始まる。

〜3日目

長いようであっという間の3日間。
練習はキツかったけど、めっちゃ楽しかった！**合宿サイコー**！



合宿マメ知識〜コレがあると便利！

- 洗濯ネット…自分の洗濯ものがすぐわかる！
- ハンガー…宿の分だけでは足りないかも…
- ロープ…洗濯ものの干し場所を作れるよ。
- 癒しグッズ…鬼練の辛さを癒してくれる笑

株式会社アクトス
アプローチ事業部 旅行営業課
☎ **06-6358-8862**
FAX **06-6358-8827**
大阪府知事登録 旅行業第 3-3121



マレーシアへバドミントン合宿に行ってきました！

こんにちは！大阪店スタッフ佐藤です。私は以前マレーシアに1年半住んでいました。コロナが落ち着き、3年ぶりにバドミントン&観光をしてきたのでレポートします！

DAY:1

40代おばちゃん2人、現地コーチから90分のプライベートレッスン！

何をしたい？と聞いてくれたので、「スマッシュ→ダブルスローテーション」の練習をしました。私の課題は顔の前でシャトルを打つこと！そしてローテーションは打った後(自分&ペア)すぐに反応して移動、準備する！頭でわかっていても体が違う動きをしてしまうのが悩み。動画を見て修正していきます！



おまけ

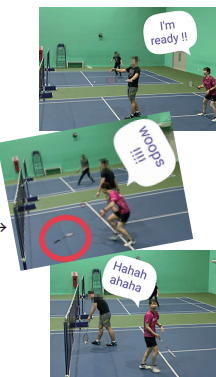
YONEX ショップに行って店員さんとお話したり写真を撮ってもらいました。とてもキレイでお洒落な店内！アプローチもそんなお店に出来たらなあと思いました。



DAY:2

いざゲーム！

現地駐在マダム、韓国人夫婦、マレーシアコーチと一緒にゲームをしました。レベルはそれぞれですが、あっという間でしたが、楽しいひと時を過ごしました。ラケット飛ばしてるのは私です→コーチからは速く動きすぎ！と言われました。もっと落ち着いてプレーしなければ…。



DAY:3

日本人サークルの皆さんと…

ガッツリ3時間のゲーム大会！やはり国技にしているマレーシア！バドミントン専用のラバーコートは快適でした。

〜大人だって合宿がしたい〜

オトナの合宿 いかがですか？

スクールのメンバーや職場の仲間達といつものコートから離れてテニスはいかが？練習のあとは温泉に入ったり、いつもより豪華な食事をしたり、大人ならではの合宿をご提案。たまには贅沢な休日はいかが？

京都
宇治

亀石楼・
山城総合運動公園テニスコート

宇治川沿いの老舗旅館は風情たっぷり。窓から眺める宇治川に心癒されます。特に桜のシーズンは絶景。お宿とセットでテニスコートが優先予約できます。(大会等で利用できない場合有り)



静岡
浜松

東急リゾートタウン浜名湖・
ホテルハーヴェスト浜名湖

湖畔にたたずむ南国風のリゾート地。リゾートホテル・テニスコート(14面)だけでなく、本格BBQやアクテビティ満載！お部屋からは奥浜名湖が一望できリゾート気分を盛り上げます。(ホテルハーヴェスト浜名湖ご宿泊でコート料金の割引あり)



発行：株式会社アクトス アプローチ事業部
大阪市都島区東野田町 1-5-1 K ぶらっと 2F



follow me!

次号予告

ウェア 2023 秋冬コレクション・マシン
とおき情報・横田コーチのワンポイントレッスン など。
※内容は変更する場合があります。