

BADMINTON

<場所>

第一体育館・第二体育館

<活動日>

月～日：週5

<活動内容>

体育館ではシャトルを使った基本練習

体育館が使えない日は、外周や体幹トレーニング、素振り

- ・バドミントンに興味がある方
- ・体力をつけたい方
- ・メンタル鍛えたい方

経験者、未経験者どちらも大歓迎です！！

