

鈴鹿グランドボウルの

プロボウラーが教える

# 楽しく健康 ボウリング教室



初心者 向きの内容です! 年齢 に関係なく お気軽 にご参加いただけます。 ※入門教室となります。 弊社会員様・過去に受講された方はご遠慮願います。

## 選べる2コース 各コース全6回開催

**火** 曜日コース  
2022年  
2月 15日・22日  
3月 1日・8日・22日・29日  
13:00~14:30  
3月15日はありません。

**金** 曜日コース  
2022年  
2月 11日・18日・25日  
3月 4日・11日・18日  
13:00~14:30

受講料金 **3,000円**  
(全6週分)


- 全6回分のゲーム代・貸靴代・傷害保険料を含みます。
- その他の費用は一切かかりません。

## ボウリング教室の内容

1週目	①講師紹介 ②ボウリング運動量 ③レーン各部の名称 ④ルールとマナー ⑤ハウスボールの選び方 ⑥4歩助走とナチュラルフック
2週目	①ボウリングの歴史 ②ハウスシューズとマイシューズの違い ③メカニック見学 ④4歩助走とナチュラルフック
3週目	①ストライクの出し方3:1:2理論 ②ハウスボールとマイボールの違い ③前回までのおさらい
4週目	①スペアのとり方(3-6-9システム) ②前回のおさらい
5週目	①3:1:2と3-6-9のおさらい ②スコアを入れての投球
6週目	①3:1:2と3-6-9のおさらい ②スコアを入れての投球

新型コロナウイルス感染症対策として、1レーン2名までで開催

福丸 哲平 プロ  
**動画で見られます!**  
講師紹介・受講内容など、  
こちらから動画で見ることが  
出来ます!  
スマホでチェック▶



お電話またはFAXにてお気軽にお問合せください。

 **鈴鹿グランドボウル**  
Grand Bowl 鈴鹿市三日市町赤土田1053

TEL:059-382-3232

FAX:059-382-2196

お申込み期限 2022年 2月9日 (水) まで

(キリトリ線)

ボウリング教室【申込用紙】鈴鹿グランドボウル…FAX 059-382-2196

**ご希望コース**  
ご希望のコースに  
○印をおつけください。

- 火曜日コース (13:00~14:30) 2022年 2月15日~3月29日  
※3月15日はありません
- 金曜日コース (13:00~14:30) 2022年 2月11日~3月18日

代表者 お名前			代表者 ご住所	□□□□ □□□□	
代表者 生年月日		代表者 TEL		代表者 FAX	
ご友人 お名前		ご友人 お名前		ご友人 お名前	□