

TENNIS UNIVERSE

上達応援レッスン!!!

	7/29(月)	7/30(火)	7/31(水)	
9:00				9:00
10:00	⑥ 入門(村上)	⑥ 入門(佐藤)	⑥ 入門(出口)	10:00
11:30	① 徹底ポレーとスマッシュ 中級(佐藤) 初中級(村上)	① 徹底ストローク前後の打ち分け 初中級(村上) 中級(木本歩) 中上級(佐藤)	① 徹底バックハンドストローク 初中級(木本佳) 中級(村上)	11:30
13:00	① 徹底ポレー左右のコントロール 初級(佐藤) 初中級(村上)	① 徹底ストローク左右の打ち分け 初級(佐藤) 初中級(木本歩) 中級(村上)	① 徹底フォアハンドストローク 中級(木本佳) 中上級(村上)	13:00
14:00				14:00
15:30	③ 徹底ラリー&ゲーム 初級・初中級(佐藤)	⑤ ダブルスクラフ 初級以上/2面12人(木本歩)	⑤ ダブルスクラフ 初中級以上/2面12人(木本歩)	15:30
16:00	⑦ キックひたすら球出し基礎練習 K1、K2、K3(山田)	⑦ キックひたすら球出し基礎練習 K1、K2、K3(佐藤)	⑪ 親子テニス K1、K2、K3(木本歩・佐藤)	16:00
17:00	⑨ ジュニア球出し基礎練習J1~J3 (2面) ストローク、ポレー、サーブ(佐藤・山田)	⑧ ジュニア球出し基礎練習J1~J3 (1面) ストローク、ポレー、サーブ(佐藤)	⑧ ジュニア球出し基礎練習J1~J3 (1面) ストローク、ポレー、サーブ(佐藤)	17:00
18:30	⑩ ジュニア4・5 (佐藤) ② ローポレーからの攻撃 初級(山田)	④ 徹底ラリー&ゲーム 中級以上(佐藤)	② 徹底ハイポレー 中級(佐藤) 中上級(木本歩)	18:30
20:00	② 徹底ストロークチャンスボール 初中級(山田) 中級(佐藤)	④ 徹底ラリー&ゲーム 初級・初中級(佐藤)	② 徹底ローポレー 初級(佐藤) 初中級(木本歩)	20:00
21:30				21:30

受付開始日:7月15日(月)

大正セントラルテニスクラブ新宿



03-3320-8631