

10月 SUNDAY EVENT

4日

対象クラス：C1・C2
ダブルス練習会

■19:00～21:00 ■6名(1面)
■5,000円 ■西



球出しで各ショットは打てるのに試合になるとうまく打てない、、、
改善すべきポイント→リズム、ポジション、ボールの軌道。
この3つを意識してラリーを安定させましょう。

4日

対象クラス：C3
ストロークを安定させよう

■19:00～21:00 ■6名(1面)
■5,000円 ■田村



ストロークを打つ際に毎回同じフォームで打てるように練習しましょう。

4日

対象クラス：C4
**ポーチボレーとフェイクを
両立させよう**

■19:00～21:00 ■6名(1面)
■5,000円 ■小越



雁行陣でも並行陣でも要所のポーチボレーは効果的です。
ただ、気づかされるとストレートを抜かれてしまうので、
今回はストレートを誘うフェイクも練習していきます。

11日

対象クラス：C2～3
いろんな展開を知ろう

■19:00～21:00 ■6名(1面)
■5,000円 ■細谷



ダブルスにはいろんな展開があります。
いろんな展開を知っていると試合を優位に進めることができます。
いろんな展開を練習しましょう。

11日

対象クラス：C4
並行陣対雁行陣

■19:00～21:00 ■6名(1面)
■5,000円 ■西



ボレーの方は速いボールへのブロックボレーで返球が出来るように練習していきましょう。ストロークの方は足元やロブなどの緩急を付けたショットも使って陣形を崩していきましょう。

18日

対象クラス：C3～4
ダブルスマッチ練習会

■19:00～21:30 ■10名(2面)
■5,500円 ■細谷



上手くなるにはやはり実戦練習あるのみです！
たくさん試合をして何が上手いって何が上手いかなかったのか確認していきましょう。

18日

対象クラス：C2
ネットプレー徹底練習

■19:00～21:00 ■6名(1面)
■5,000円 ■田村



ネットプレーへの苦手意識が強くないですか？
少しでも多く練習して克服しましょう！

※表示金額は全て税込です。

受 付

9月6日(日) 22:00～〈レッスン予約サイト〉 9月7日(月) 9:00～〈お電話・フロント〉

キャンセル

前々日まで ※キャンセル料として前日は半額、当日は全額頂戴いたします。

注 意 事 項

2名以下の場合中止、または内容が変更になる可能性があります。