

11月 SUNDAY EVENT

1日

対象クラス：C3
ひたすら形式練習会

■19:00～21:00 ■6名(1面)
■5,000円 ■小越

指定したパターンから始まる形式練習を気をつけるポイントを意識してひたすら数多くやります。
よく起こるパターンを反復練習して体で動きを覚えましょう。



1日

対象クラス：C2・C3
ストレート展開を理解しよう

■19:00～21:00 ■6名(1面)
■5,000円 ■田村

チェンジしたあとのポジションや配球って難しいですね。
展開を理解していざ実践！



1日

対象クラス：C4
雁行陣から並行陣作りましょう

■19:00～21:00 ■6名(1面)
■5,000円 ■細谷

とりあえず並行陣！その詰め方危ないです。
雁行陣から並行陣に持っていく練習をとことんしましょう。



8日

対象クラス：C2・C3
雁行陣からの並行陣！

■19:00～21:00 ■6名(1面)
■5,000円 ■田村

雁行陣でストロークにこだわりを持っているそのあなた！
並行陣もプレッシャーがかかって良いですよ！
練習あるのみ！



8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

サーブで相手を崩してボレーで決めるプレーや、リターンは少しポジションを前にして打って、リターンダッシュやストレートアタックを使って展開を繰り広げましょう。



15日

対象クラス：C5
**おしゃれなダブルス
目指しましょう**

■19:00～21:00 ■6名(1面)
■5,000円 ■細谷

早い展開ももちろん大事ですが
おしゃれなボレーも打てるようになってほしい！
テクニックを磨きましょう！



15日

対象クラス：C3
並行陣対雁行陣

■19:00～21:00 ■6名(1面)
■5,000円 ■西

サーブで相手を崩してボレーで決めるプレーや、リターンは少しポジションを前にして打って、リターンダッシュやストレートアタックを使って展開を繰り広げましょう。



※表示金額は全て税込です。

受 付

10月4日(日) 22:00～〈レッスン予約サイト〉 10月5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名以下の場合には中止、または内容が変更になる可能性があります。