テニスするには最高の季節です！！

10/29(木)

④入門（出口）

②ボール出し中心 中上級 上級（田倉）

②バックハンド 初級（出口）

②トップスピン 初中級（牧子）

②ラリーレッスン 中級（田倉）

②ストローク 初級 初中級（出口）

②ひたすら並行陣 中上・上級（牧子）

⑫ ダブルスクラブ 3面18人（出口）/2H

お楽しみモード（初級以上）（楽しみたい人）強打禁止！

⑥ K1・K2ボール出し練習（辻岡）

⑧ボールコントロール J2（辻岡）

⑧ラリー・ゲーム J3（小丸）

⑨勝つためのシングルス戦術 J5（辻岡）

⑩ダブルスクラブ 3面18人（小丸）/2H

本気モード（中級以上）（試合で勝ちたい人）J4、J5もOK！

①攻めのテニス 中上級 上級（辻岡）

10/30(金)

⑪ ダブルスクラブ 3面18人（佐藤）/2H

本気モード（中級以上）（試合で勝ちたい人）J4、J5もOK！

⑫ ダブルスクラブ 3面18人（佐藤）/2H

お楽しみモード（初級以上）（楽しみたい人）強打禁止！

⑥ K1・K2ボール出し練習（辻岡）

⑧基本ショットとゲーム J2（辻岡）

⑨基本ショットとゲーム J4（辻岡）

① サーブ＆ボレー 中級・中上級（大貫）

① ポイント練習 中上級（辻岡）

①スピン！ 初級・初中級（大貫）

10/31(土)

① ラリーとゲーム 中上級（溝川）

① ラリーとゲーム 初級・初中級（平田）

①トップスピン 中上級（溝川）

①速いボールに対するストローク 初中級・中級（平田）

① ネットプレー 中級・中上級（溝川）

①ゆっくりなボールに対するストローク 初級・初中級（平田）

③入門（宮里）

⑤ K2（平田）

①スピン！ 初中級（宮里）

①ストローク基本 初級（溝川）

① サーブ＆ボレー 上級（出口）

⑦ ラリー・ゲーム J1（宮里）

⑦ スピン特訓 J2（小丸）

⑦ラリー中心 J3（佐藤）

無料体験レッスン60分 入門（出口）

①ラリー全開 初級（小丸）

①ほのぼのテニス 中級 中上級（佐藤）

⑦基本ショットとゲーム J2（出口）

⑦ ラリー・ゲーム J1（宮里）

①ボレーマスター 初級（佐藤）

無料体験レッスン60分 入門（出口）

①ボレー中心 初中級（宮里）

①バックハンドストローク 中級 中上級（佐藤）

無料体験レッスン60分 初級・初中級（出口）

①安定サーブ 初中級（宮里）

①ラリー安定 初級（小丸）

受付期間　10/15(金)～

大正セントラルテニスクラブ新宿 TAISHO CENTRAL TENNIS CLUB SHINJUKU

０３－３３２０－８６３１