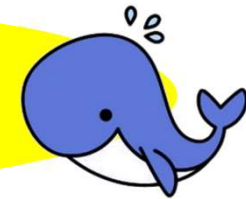


お盆もチャレンジ!



	8/15(日)		8/16(月)		8/17(火)
7:30	徹底フォアハンドストローク				
9:00	②上級(木本佳) ②初中級(出口) ②中級(村上)	9:00		9:00	
	徹底バックハンドストローク		⑥入門(村上)		⑥入門(佐藤)
10:30	②上級(出口) ②初中級(村上) ②中級(木本佳)	10:00	トップスピンマスター	10:00	サービス・リターン特訓
	徹底ポレー		①初中級(牧子) ①中級(村上)		①初中級(村上) ①中上級(佐藤)
12:00	②上級(村上) ②初中級(木本佳) ②中級(出口)	11:30	ちょっとハードにラリー	11:30	攻撃的ストローク
	④ダブルスクラフ 初級以上 3面18名(出口)		①初級(村上) ①中級(牧子)		①初級(佐藤) ①中級(村上)
14:00		14:00		13:00	③ダブルスクラフ 初級以上 2面12名(出口)
	④ダブルスクラフ 中級以上 3面18名(木本歩)		③ダブルスクラフ 初級以上 2面12名(牧子)	15:00	
16:00		16:00		16:00	
	⑤ 入門(出口)		① キッスひたすら球出しK1、K2、K3(牧子・城)		① キッスひたすら球出しK1、K2、K3(出口・佐藤)
17:00		17:00		17:00	
	⑨ジュニア球出し基礎練習 ストローク/サーブ/ポレー J1~J5(木本歩・出口)		⑧ジュニア球出し基礎練習 ストローク/サーブ/ポレー J1~J5(出口・城)		⑧ジュニア球出し基礎練習 ストローク/サーブ/ポレー J1~J5(出口・佐藤)
18:30		18:30		18:30	
	徹底フォアハンドストローク		ローポレー ストローク強化		徹底バックハンドストローク ポレー強化
19:00	②初級(木本歩) ②中級(出口)		②初中級(城) ⑨Jr4・5(出口)		②初中級・中級(出口) ⑨Jr4・5(佐藤)
20:00		20:00		20:00	
	ラリー&ゲーム		徹底バックハンドストローク		徹底バックハンドストローク
21:30	②初中級(出口) ②中上級(木本歩)	21:30	②初級(城) ②中級(出口)	21:30	②中上級(佐藤) ②初級・初中級(出口)



受付開始: 8月3日(火)より



大正セントラルテニスクラブ 新宿



03-3320-8631