

# 上達応援レッスン!!

	7/17(月・祝)	7/28(金)	7/29(土)	7/30(日)	
7:30	② ストロークスライス習得 中級(村上)   中上級(平田)		② ローボレー習得 中上級(村上)   上級(出口)	② ストロークスライス習得 中上級(村上)   上級(出口)	7:30
9:00	② ストロークスピン習得 初級(平田)   初中級(村上)	⑤ 入門(村上)	② ハイボレー習得 中級(村上)   初級(出口)	② ストロークスピン習得 初中級(村上)   中級(出口)	9:00
10:00		① 徹底ボレー前後の動き 初中級(出口)   初級(村上)	② 徹底ストローク左右の動き 初中級(村上)   中級(出口)	② 徹底ボレー前後の動き 中級(村上)   初級(出口)	10:00
10:30	② 徹底ボレー前後の動き 中級(平田)   上級(村上)	① 徹底ボレー左右の動き 中級(出口)   中上級(村上)	④ ダブルスクラフ 初級・初中級/2面12人(出口)	④ ダブルスクラフ 初級・初中級/2面12人(出口)	10:30
11:30		⑤ 入門(出口)	④ ダブルスクラフ 中級以上/2面12人(出口)	④ ダブルスクラフ 中級以上/2面12人(山田)	11:30
12:00		③ ダブルスクラフ 中級以上/2面12人(出口)	⑧ キッスひたすら球出し基礎練習 K1, K2, K3(木本佳・山田)	⑧ キッスひたすら球出し基礎練習 K1, K2, K3(木本佳・山田)	12:00
13:00		⑨ ジュニア球出し基礎練習J1~J3 ストローク、ボレー、サーブ(木本佳・山田)	⑩ ジュニア球出し基礎練習J1~J3 ストローク、ボレー、サーブ(木本佳・木本歩)	⑩ ジュニア球出し基礎練習J1~J3 ストローク、ボレー、サーブ(木本佳・山田)	13:00
14:00		⑩ジュニア4・5 (山田)	⑥ 入門(木本歩)   中級(木本佳)	⑥ 入門(山田)   中級(木本歩)	14:00
16:00		② ローボレーからの攻撃	② アフター千からの攻撃	② ローボレーからの攻撃	16:00
17:00	⑥ 入門(新美)   初中級(御子柴)	② 徹底ストローク左右の動き 初級(山田)   中上級(木本佳)	② 徹底ストローク前後の動き 初級(木本歩)   中上級(木本佳)	② 徹底ボレー左右の動き 初級(山田)   中上級(木本歩)	17:00
18:30					18:30
19:00					19:00
20:00					20:00
21:30					21:30

受付開始日:7月3日(月)

大正セントラルテニスクラブ新宿  03-3320-8631