

# 上達応援レッスン！！

| 5/31(日) |   |   |       |
|---------|---|---|-------|
| 7:30    | ② 徹底ラリー&ゲーム(たのしく!) 2面20名<br>初級・初中級<br>(村上)      | ② 徹底コーチのおたのしみテーマ! 2面20名<br>中級~上級<br>(黒澤・大原)     | 7:30  |
| 9:00    | ③ 徹底フォーメーション&ゲーム 2面16名<br>中級~上級<br>(黒澤)         | ① 徹底ストローク基本!<br>初級~中級<br>(大原)                   | 9:00  |
| 10:30   | ② 徹底ラリー&ゲーム(あつく!) 2面20名<br>初級~中級<br>(山田)        | ① 徹底ストロークチャンスボール!<br>中級~上級<br>(村上)              | 10:30 |
| 12:00   | ⑧ キッスひたすら<br>球出し基礎練習!!<br>K1・2(大原・山田)           | ⑥ 入門(村上)  | 12:00 |
| 13:00   | ② 徹底ラリー&ゲーム(あつく!?) 2面20名<br>中級~上級<br>(大原)       | ① 徹底ネットプレー基本!<br>初級・初中級<br>(佐藤)                 | 13:00 |
| 13:30   |   | ⑦ キッスひたすら<br>球出し基礎練習!!<br>K1・2(城)               | 13:30 |
| 14:30   | ④ シングルス実践!!<br>中級<br>(大原)                       | ⑥ 入門(佐藤)  | 14:00 |
| 15:30   |   | ① 徹底ストローク基本!<br>初級・初中級(木本歩)                     | 14:30 |
| 16:00   | ⑦ キッスひたすら球出し基礎練習!!<br>K1・2(城)                   | ⑨ ジュニア徹底ラリー&ゲーム! 2面20名<br>J1~J3(佐藤)             | 15:30 |
| 17:00   | ⑨ ジュニア球出し基礎練習 ストローク、ポレー、サーブ 2面20名<br>J1~3(山田・城) |   | 16:00 |
| 18:30   | ① 徹底ネットプレー基本!<br>上級<br>(佐藤)                     | ③ 徹底フォーメーション&ゲーム(たのしく) 2面16名<br>初中級・中級<br>(木本歩) | 17:00 |
| 20:00   | ⑤ シングルス実践!! 2面10名<br>中級<br>(佐藤)                 | ② 徹底ラリー&ゲーム(真剣!?) 2面20名<br>中級・中上級<br>(木本歩)      | 18:30 |
| 21:30   |   | ⑤ シングルス実践!! 2面10名<br>中上級・上級<br>(木本歩)            | 20:00 |
|         |   |   | 21:30 |

受付開始日:5月16日(土)

大正セントラルテニスクラブ 新宿  
03-3320-8631

