

スポーツ教室【テニス】

オプションレッスンテーマ

テニス教室のオプションレッスンは4つのテーマで行います。
ショットの精度向上させたい方や苦手を克服したい方などにオススメ！

A. ストローク

テニスの基本のショットのストロークを磨きましょう。コントロールの精度を高めたり、ミスショットを減らす練習をします。

B. ネットプレー

ネットぎわのプレーの上達を目指します。ボレー練習を中心とし、ボールの捉え方やフットワークなどを学びます。

C. サービス

テニスに一番重要なサービスの上達を目指します。正しい体の使い方や回転の理解を高める練習をします。

D. レシーブ

レシーブ力を強化して相手と差をつけましょう。サービスと同じく正しい体の使い方やフットワークなどを学びます。

《2023年度スケジュール》

曜日	2023年									2024年		
	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
火	A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D
水	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D	A
木	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D	A	B
金	D	A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C

※開催日は状況によって変更する可能性があります。HPまたはフロントにてご確認ください。

【時間】 火・水・木・金 10:50～11:20

【対象】 16歳以上

【定員】 各6名

【参加料】 1,100円/回(税込)

※オプションレッスンはWEBで予約を受け付けております。

会員番号を取得の上、WEB教室予約にてご予約ください。