

# スポーツ教室【テニス】

## とことん球出し/とことん球出し&ゲームチャレンジ レッスンテーマ

どのプログラムも球出しが入ります。  
普段できない球出し練習でショットの感覚を作り出しましょう。

### とことん球出し

※初心者の方もOK!

50分間球出し練習→10分間サーブ練習の流れで行います。  
ストローク、ボレー、スマッシュ全て行います。  
ラリーは無いので初心者の方でもご参加できます。

### とことん球出し& ゲームチャレンジ

20分間球出し→40分間ゲームの流れで行います。  
ショットの感覚を作り、ゲームの中でチャレンジしていきましょう。

## 《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
土	8日	13日	3日	1日	5日	2日	7日	4日	2日	6日	3日	2日
	15日	20日	10日	8日	19日	9日	14日	11日	9日	13日	10日	9日
	22日	27日	17日	15日	26日	16日	21日	18日	16日	20日	17日	16日
	29日		24日	22日		23日	28日	25日		27日	24日	
日	2日	7日	4日	2日	6日	3日	1日	5日	3日	7日	4日	3日
	9日	14日	11日	9日	20日	10日	8日	12日	10日	14日	11日	10日
	16日	21日	18日	16日	27日	17日	15日	19日	17日	21日	18日	17日
	23日	28日	25日			24日	22日	26日		28日	25日	

※スケジュールは基本的には変更ございませんので予めご了承ください。

【時間】 土・日 15:00～16:00 ※プログラムは必ず上記スケジュールをご確認の上ご参加ください。

【対象】 16歳以上

【定員】 各8名

【参加料】 1,100円/回(税込)

※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。