

# 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。

## 《2025年度スケジュール》

曜日	2025年									2026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	5日	10日	7日	5日	9日	6日	4日	8日	6日	10日	7日	7日
	12日	17日	14日	12日	23日	13日	11日	15日	13日	17日	14日	14日
	19日	24日	21日	19日	30日	20日	18日	22日	20日	24日	21日	21日
	26日	31日		26日		27日	25日	29日		31日	28日	

日	6日	11日	1日	6日	3日	7日	5日	9日	7日	4日	1日	1日
	13日	18日	8日	13日	17日	14日	12日	16日	14日	11日	8日	8日
	20日	25日	15日	20日	24日	21日	19日	23日	21日	18日	15日	15日
	27日		22日	27日		28日	26日	30日		25日	22日	

※スケジュールは基本的に変更は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。