

12月 **土** 曜日

特別レッスン

12月5・12・19・26日(土) 13:00~15:00 澤田コーチ

5日	<p>初級レベル限定~ゆっくりダブルス</p> <ul style="list-style-type: none">・中ロブを中心にスマッシュケアからの後ろ並行へ・ダブルスゲームの進め方・90分レッスン+30分フリーコート・初級クラス所属又はそれに準ずる方	19日	<p>初級レベル~中級レベル限定-ロブからの形式</p> <ul style="list-style-type: none">・視野の取り方練習・前並行対後ろ並行、ロブからの形式練習・90分レッスン+30分フリーコート・初級・中級クラス所属又はそれに準ずる方
12日	<p>レディース限定~チャンス系アプローチ</p> <ul style="list-style-type: none">・アプローチ(止まって見る)練習・アプローチからフリー練習・90分レッスン+30分フリーコート・レディース大会で頑張っている方	26日	<p>ネット前チャンスホレーの際、手首を入れて打つ練習</p> <ul style="list-style-type: none">・手首を入れていくホレー練習・形式・90分レッスン+30分フリーコート・チャンス時にネット前でミスしたホレーはもう一歩前に詰めててもミスをすると思う中上級レベル以上の方、又は大会で頑張っている方

■ 120分 2,750円(税込)

■ 定員:6名(3名より開講)

※ 開催日3日前迄に開講人数に達していない場合は
クローズとさせていただきます

高木コーチ

女性限定

練習 & ゲーム180分

12/3 (木) 13:00~16:00	ロブからの展開 & ゲーム会
12/17 (木) 13:00~16:00	センターへの返球 & ゲーム会
12/21 (月) 13:00~16:00	コートを広く使ったの展開 & ゲーム会

時間:180分

料金:2,546円(税込)

定員:5名以上

中級以上/外部OKです★

高木コーチのダブルス教室 女子のデイキャンプ



1月19日(火) 10:00~16:00(2面)

10:00~12:00	雁行陣(積極的な前衛)
12:00~12:30	昼食
12:30~13:00	サーブ練習(自由参加)
13:00~15:00	平行陣(安定したネットプレイ)
15:00~16:00	サーブからのゲーム練習

料金:4,400円(税込)

最少人数:7名~

定員:12名

※午前だけ午後だけの参加はダメ!!