

パステニススクール コーチ別レッスンテーマ ～2022年3月～

クラス	清水	増沢	堀金	佐藤	谷本	廣野	高橋	河合	新井	山口	中村
LT1		雁行陣-平行陣へ戻す にいこう(移行)!! その2				頭上のボレーと ハーフボレー			ストローク 良い打点に入る		
LT2	青判断スマッシュ に自信をつけよう	雁行陣-平行陣へ戻す にいこう(移行)!! その2		セカンドサーブ からの展開 前面強化		平行陣の動きの確 認			ストローク 回転量のコント ロール		
LT3	青判断スマッシュ に自信をつけよう	タッチ系ショット の強化 その2	ロブの対応と その後		しっかり動いて しっかり打とう				ボレー中心の パターン練習	ロブの対処と足元 の処理	ハーフボレー&ラ イジング
LT3+		タッチ系ショット の強化 その2	ロブの対応と その後	セカンドサーブ からの展開 前面強化							
LT4	青判断スマッシュ に自信をつけよう		細かいテクニック を磨こう							ロブの対処と足元 の処理	
LT4+							ボレーのタッチ 強化	リターンゲーム の強化	ボレー中心の パターン練習		
シングルス			青判断とネットブ レー				ストロークのミ スを減らそう				
ナイターS					青判断の強化						
土日S初級			しっかり動いて 凡ミス減らす		青判断の強化						
土日S中級			青判断とネットブ レー		青判断の強化						
土日D初級			対応力の向上				ボレーの ミスを減らそう				
土日D中級			ロブの対応と その後				ボレー強化 攻める繋ぐの 判断				
トーナメント	ドロップショット を取り入れよう				青判断の強化						