

パパステニススクール コーチ別レッスンテーマ ～2021年2月～

	清水	河合	堀金	園田	佐藤	谷本	鹿子島	廣野	藪内	増沢
										
LT1		ネットプレーの強化 難しいボールをニュートラルに戻す		平行陣に挑戦 ・ロブの対応			平行陣挑戦と繋ぎ強化			ネットプレーの判断力向上 ～どこにどうやって打つ!?～
LT2	軸をまっすぐ保ち、ボールを呼び込んでボレーしよう			ショットの基礎強化 配球によるポジションを考えよう	アプローチショットからの展開		平行陣強化	ファーストボレーをしっかり と大事に打つ		ネットプレーの判断力向上 ～どこにどうやって打つ!?～
LT3	軸をまっすぐ保ち、ボールを呼び込んでボレーをコントロールしよう	ネットプレー 赤判断から逆転のシナリオ	黄赤判断のミスを減らして展開力を上げる	ショットの基礎強化 配球によるポジションを考えよう					ボレーボレー展開強化 平行陣vs平行陣の戦い方	
LT4	ショットの質・精度の向上 ～リクエスト制～		各ショットの精度アップ							
LT4+		赤判断から逆転のシナリオ		・配球によるポジションを考えよう ・様々な展開への応用						
LT育成	軸をまっすぐ保ち、ボールを呼び込んでボレーをコントロールしよう		精度の高い配球と頭を使ったテニス	・配球によるポジションを考えよう ・様々な展開への応用						
シングルス			ライジングの応用	スライス&トップスピンへの対応力を向上						
ナイターS						速いテンポでの攻撃をしよう				低リスクかつ攻撃的な球を連続で打ち続ける打って粘るシングルス
土日S初級			黄判断の質を高めてチャンスを作る			テンポを上げて相手を苦しめよう				
土日S中級			ライジングの応用			下がらずに早いテンポで攻撃しよう				
土日D初級			黄赤判断をしっかりと分ける	黄色赤判断をしっかりと分ける						
土日D中級			黄赤判断のミスを減らして展開力を上げる	アプローチからの展開 相手の判断をしっかりと見極める						
トーナメント						9ジャッジの判断を明確にしよう	ボレーで決めよう			