








パステニススクール コーチ別レッスンテーマ ～10月～

	清水	河合	堀金	高橋	園田	佐藤	増沢
							
LT1		ポーチの強化		ポーチに出よう			
LT2	前衛と連携して、サービスゲームで主導権を握ろう		平行陣時の攻守のメリハリ			平行陣強化	サーブ、リターン「から」展開しよう
LT3	前衛と連携して、サービスゲームで主導権を握ろう	縦ポーチの強化	平行陣時の攻守のメリハリ		平行陣時の攻めのバリエーション		
LT4			前衛強化&キャッチ能力向上		前衛強化&キャッチ能力向上		
LT育成	前衛と連携して、サービスゲームで主導権を握ろう						
LT強化		縦ポーチの強化			我慢強さの向上、攻めの決定力向上		
シングルス		つなぎの展開の強化	得意パターンの強化				
ナイターS		つなぎの展開の強化		安定したラリーを身につけて、失点を減らそう			
土日S初級			フットワーク強化		フットワーク強化		
土日S中級			得意パターンの強化		フォアハンドの展開力をあげよう		
土日D初級			前衛の役割		粘り強いラリー&前衛の青判断の強化		
土日D中級			平行陣時の攻守のメリハリ		相手の判断、観察力の向上（平行陣側）		
トーナメント		つなぎと攻めのメリハリ			リターンからの展開強化		