












パパステニススクール コーチ別レッスンテーマ ～2022年1月～

	清水	増沢	堀金	佐藤	谷本	廣野	高橋	河合	新井	中村	山口
クラス											
LT1		ラケットの真ん中でボールをとら(貰)え、コントロールしよう				ボレーを安定させる			ストロークの基本スイングとステップ2		
LT2	前衛力を高めよう～基礎編～	ラケットの真ん中でボールをとら(貰)え、コントロールしよう		アプローチショットからの展開ハイボレー強化		2人での動きと立ち位置を確認する			ストロークスピン	何事にもトラ(寅)イしよう!	
LT3	前衛力を高めよう～応用編～	コート全体を見よう	展開力の向上		しっかり動いてしっかり打とう				ボレー打点に幅を持つ		リターンからのネットプレー
LT3+		コート全体を見よう	展開力の向上	アプローチショットからの展開ハイボレー強化							
LT4	前衛力を高めよう～応用編～		細かいテクニックを磨こう								リターンからのネットプレー
LT4+							浅いボールの処理の強化	サービスゲームの強化	ボレー打点に幅を持つ		
シングルス			しっかり動いて凡ミス減らす				スマッシュ・ネットプレー強化				
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			しっかり動いて凡ミス減らす		青判断の強化						
土日D初級			対応力の向上				ストローク強化・雁行陣の動きの確認				
土日D中級			展開力の向上				ストローク強化・ネットプレーに繋がる動き				
トーナメント	ストロークとネットプレーの強化				青判断の強化						