

パパステニススクール津久井 コーチ別レッスンテーマ
 ~2024年8月~

	清水 	増沢 	廣野 	高橋(洋) 	青木 	高橋(悠) 	佐藤 	小野 
LT1		2/3を確実に守り、 1/3を狙える展開 にしたい!		効率よく力を伝えるために			チャンスボール練習 カットボレーからの展開	サーブ&リターン
LT2			並行陣と雁行陣	ボレー強化 攻めと守り	リスクを負わない テニス			
LT3	スライスを駆使しよう				リスクを負わない テニス		平行対雁行 サーブリターンからの展開	サーブ&リターン
LT4	スライスを駆使しよう			相手を崩す	球威に負けない プレースメント			サーブ&リターン
シングルス		シングルスでも ネットプレー大事!	ネットプレーとリターン	ディフェンス強化 パッシングショット				サーブ&リターン
トーナメント								
土日シングルス 初級				フットワークの確認		各々の技術アップと ネットプレー		
土日シングルス 中級				フットワークの強化		各々の技術アップ、ネット プレーで ポイントを取る		
ダブルス 初級	スライスを駆使しよう					平行陣で相手を崩す		サーブ&リターン
土日 ダブルス 中級				ストローク強化 コントロールUP		平行陣を崩すスト ローク		