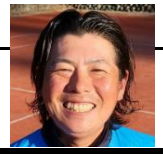
パパステニススクール津久井 コーチ別レッスンテーマ
～2023年10月～

	清水	増沢	廣野	高橋(洋)	青木	高橋(悠)	河合	佐藤	山口
									
LT1		ボールもゲームもコントロールしよう	自分自身でできることを確認		安定と、時にはスペースを狙う		ポジショニングの理解と実践		
LT2	レディースカップに向けた最終調整		自分自身とペアでできることを確認					アプローチ・ボレー強化	
LT3	フィジカル強化～ストローク編～	ポイントを取る為のプランをイメージしよう	自分自身ストロングポイントの理解と苦手意識を減らす		赤青黄の判断			アプローチ・ボレー強化 試合展開	サーブ・リターンの強化
LT4			スマッシュ強化（相手に触らせない）	ボレー強化 決定力UP					
シングルス				ストローク強化 コースの打ち分け	赤青黄の判断		クロスからストレートへの展開		
トーナメント		ポイントを取る為のプランをイメージしよう							
土日シングルス初級						テンポを上げて打ってネットプレーに挑戦			
土日シングルス中級						ネットプレーでポイントを取る			
土日ダブルス初級				平行陣の配球		ロブを使って相手を崩す			
土日ダブルス中級						並行陣をロブで崩す			