

パパステニススクール コーチ別レッスンテーマ ~5月~

	清水	河合	堀金	高橋	園田	佐藤	増沢	谷本	鹿子島	廣野
										
LT1		基礎ショットの強化 雁行陣の強化		決めるボレー・つ なぐボレーの判 断、配球			平行陣強化月間		平行陣での攻め方	
LT2	・平行陣の動きを会 得し、相手にミスさ せよう ・良い形で平行陣を 取ろう					前衛強化 ボレー強化	平行陣強化月間		平行陣での攻め方	決め急がない平行 陣を目指そう
LT3	・平行陣の動きを会 得し、相手にミスさ せよう ・良い形で平行陣を 取ろう	対平行陣の強化	雁行陣から 平行陣への展開							
LT4			・ショットの精度 アップ ・ゲームの中でポ ジションや判断を 養おう		・ショットの精度 アップ ・ゲームの中でポ ジションや判断を 養おう					
LT4+										
LT育成	・平行陣の動きを会 得し、相手にミスさ せよう ・良い形で平行陣を 取ろう		平行陣への行き方							
シングルス			ディフェンスと オフェンスへの 切り替え		走らされた際の返 球の精度を上げよ う					
ナイターS								コートを広く使お う		
土日S初級			スムーズに動くた めのフットワーク					オープンコートを作 ろう		
土日S中級			ディフェンスと オフェンスへの 切り替え					オープンコートを作 ろう		
土日D初級			平行陣に挑戦		雁行陣から 平行陣への工夫を しよう					
土日D中級			雁行陣から 平行陣への展開		雁行陣から 平行陣への展開 ・1stボレーからの展開 をおぼえよう					
トーナメント								パターンを作ろう	攻めるタイミング を見極めよう	