










パパステニススクール コーチ別レッスンテーマ ～2021年6月～

	清水	河合	堀金	佐藤	谷本	廣野	藪内	高橋	増沢
									
LT1		平行陣の基本パターン							雁行陣での展開
LT2	対平行陣時の雁行陣の攻め方	平行陣の攻撃パターン		ストレートロブからの展開		ボレーの確認	足元ローボレー・ハーフボレー対応		雁行陣での展開
LT2+	基本的なショットの質向上 対平行陣時の雁行陣の攻め方								
LT3	対平行陣時の雁行陣の攻め方	平行陣の攻撃パターン	ロブに対する処理能力向上				足元ローボレー・ハーフボレー対応		雁行陣での展開
LT3+			ロブに対する処理能力向上	ストレートロブからの展開・ハイボレーの強化					雁行陣での展開
LT4	ショットの質・精度の向上 リクエスト制		各ショットの精度アップ						
LT4+		平行陣でのロブ対応と応用						組み立ての幅を広げよう	
シングルス			角度に対する意識					攻守の切り替え	
ナイターS					チャンスを作りパターンを作ろう		じっくりラリー練習		
土日S初級			ストレートの展開からチャンスを探る		チャンスボールから決める展開を作ろう				
土日S中級			角度に対する意識		攻めの展開を確実に決めよう				
土日D初級			積極的に前に行く チャンスを伺う					ロブの対応	
土日D中級			ロブに対する処理能力向上					ハイボレー・スマッシュの攻め 繋ぎ判断	
トーナメント	ネットプレーの向上 自分のベースを知ろう				黄色のショットからネットプレーまでの質の向上				