







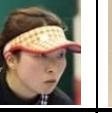



パパステニススクール コーチ別レッスンテーマ ~2023年6月~

	清水	増沢	佐藤	谷本	廣野	高橋(洋)	河合	高橋(悠)	山口	青木
クラス										
LT1	自信をもってプレーしよう			攻撃した後の展開	自分ができることを再確認する		ゲームの原則を学ぼう			状況(青・黄・赤)の判断をしてミスを減らす
LT2	自信をもってプレーしよう	目指せ！LT3！！	縦ロブからの展開 前衛強化	攻撃した後の展開	自分ができることを再確認する					状況(青・黄・赤)の判断をしてミスを減らす
LT3	意識を足にもっていこう			ロブカットからの展開	自分のボールベースを確認				足元を攻めよう	
LT3+		ポイントを取るイメージを持とう	縦ロブからの展開 前衛強化							状況(青・黄・赤)の判断をしてミスを減らす
LT4	それぞれの課題に取り組もう			ロブカットからの展開	相手を突くストローク					
LT4+			縦ロブからの展開 前衛強化			試合を意識した配球				
シングルス				守備からの展開		サーブからのポイントパターン確立				状況(青・黄・赤)の判断をしてミスを減らす
ナイターS		パワー→× 頭と技術→○								
土日S初級				守備からの展開				状況判断をしてポイントに繋げる		
土日S中級				守備からの展開				スライスの練習。スライスを使ってプレーの幅を広げる		
土日D初級						ストローク強化 雁行陣対並行陣		並行陣に挑戦する		
土日D中級						ストローク強化 雁行陣対並行陣		並行陣でポイントを取る		
トーナメント	意識を足にもっていこう プレーの質をキープしよう			攻守の判断強化						