












パパステニススクール コーチ別レッスンテーマ ～2022年5月～

	清水	増沢	堀金	佐藤	谷本	廣野	高橋	河合	新井	山口	青木
クラス											
LT1		ネットプレー集中				2人のポジション確認		ストレートへの展開	ストローク&アプローチ		
LT2	ボレーもストロークも、下がらないでプレーしよう	ネットプレー集中		平行陣強化 ロブ練習		並行陣でポジションをキープ			ストローク&ネットプレー		
LT3	ボレーもストロークも、下がらないでプレーしよう	鉄壁の平行陣	ロブの対応とその後		しっかり動いて しっかり打とう				状況判断の強化	ペアのコンビネーション強化	
LT3+		鉄壁の平行陣	ロブの対応とその後	平行陣強化 ロブ練習							
LT4	ボレーもストロークも、下がらないでプレーしよう		細かいテクニックを磨こう							ペアのコンビネーション強化	
LT4+							リターン強化	ストレートへの展開	状況判断の強化		
シングルス			青判断とネットプレー				ストロークのミス を減らそう				
ナイターS						青判断の強化					
土日S初級			黄判断での展開		青判断の強化						
土日S中級			青判断とネットプレー		青判断の強化						
土日D初級			対応力の向上								ボレーの安定
土日D中級			ロブの対応とその後								オープンスペースを作る、狙う
トーナメント	自分のベースを理解して、自分のベースでプレーしよう				青判断の強化						