










パパステニススクール コーチ別レッスンテーマ ～2021年5月～

	清水	河合	堀金	佐藤	谷本	廣野	藪内	高橋	増沢
									
LT1		ネットプレー強化							ショット力の向上と、ゲーム中の使用方法
LT2	対平行陣時の雁行陣の攻め方	ネットプレー強化		ロングボレー・ハイボレーの強化		ネットプレーの確認	平行陣強化		ショット力の向上と、ゲーム中の使用方法
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	ネットプレー強化と応用	ロブに対する処理能力向上とその後 の正しい判断				平行陣強化		各ショットの能力向上と個々の得意、不得意を見極めよう
LT3+			ロブに対する処理能力向上とその後 の正しい判断	ロングボレー・ハイボレーの強化					各ショットの能力向上と個々の得意、不得意を見極めよう
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+		ストロークからネットへの展開						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					攻撃の種類を増やそう		リターンゲーム強化		
土日S初級			ストレートの展開からチャンスを探る		チャンスボールを作ってから展開しよう				
土日S中級			角度に対する意識		パターンを作っていこう				
土日D初級			積極的にチャンスを伺う					ロブの対応	
土日D中級			ロブに対する処理能力向上とその後 の正しい判断					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				ネットプレーまでの質をあげよう				