1･2月期 Bクラス
レッスンカリキュラム

今期のテーマ
状況に合わせた 適切なフットワークをしよう

週	レッスンメニュー
1	ストローク スクエアスタンスとオープンスタンス
2	ストローク スクエアスタンスとオープンスタンス
3	ボレー 高い打球をハイボレーで返球
4	ボレー 下がるフットワークでハイボレー
5	サービスリターン
6	ゲーム練習 サイドに振られたストローカー
7	ゲーム練習 後ろに下げられたボレーヤー
8	今期の復習＆ゲーム