3·4月期 Aクラス
レッスンカリキュラム

今期のテーマ
6ショットの体を使った スイングを覚えよう

週	レッスンメニュー
1	ストローク 体の捻り戻しで打球しよう
2	ストローク 体の捻り戻しで打球しよう
3	【ゲーム練習】 ボレーヤー攻守の正しいポジション
4	ボレー 腕を引くのではなく体をターンして準備
5	ボレー 腕を引くのではなく体をターンして準備
6	【ゲーム練習】 ボレーヤー攻守での見る方向
7	サービスリターンと ストローク捻り戻しの復習
8	サービスリターンと ボレー体のターンの復習
9	今期の復習＆ゲーム