

# インドアショートプログラムテーマ

69期  
1月・2月

	A(月)	B(火)	C(水)	D(木)	E(金)	F(土)	G(日)
サブフリーコート①		9:00~9:20		9:00~9:20			7:30~7:50
プログラム①			11:00~11:40 とどめの一発 シングルの決め球 練習 大松	11:00~11:40 ストロークor ネットプレー 球出し&ラリー 松島	11:00~11:40 ストローク ネットプレー 基本の球出し 広末	7:10~7:50 ひたすら球出し! 山岸	7:50~8:30 ゲームに使う ストローク& ネットプレー 広末
プログラム②			11:45~12:25 シングルス練習 大松	11:45~12:25 ダブルスゲーム形式 &ゲーム 松島	11:45~12:25 ダブルス練習 広末		8:35~9:15 ポイント& ゲーム 広末
サブフリーコート②		12:40~13:20	12:40~13:20	12:40~13:00	12:40~13:20		
プログラム③		20:10~20:50 ストローク・ゲー ム応用練習			20:10~20:50 シングルスorダブルス 試合形式		
サブフリーコート③		20:50~21:30		20:10~20:50	20:50~21:30	17:15~17:55	



平日昼



初中級以上

○定員

プログラム：8名 \*要予約

サブフリーコート：10名程度 \*予約不要

プログラムをキャンセルされる場合には1時間前にご連絡下さい。

(朝1番のプログラムの場合は、30分前にご連絡下さい)

★予約のキャンセルはサービスエースでも可能です。ぜひご利用下さい。(締切は1時間前となります)



プログラムの内容は、期の途中で変更となる場合がございます。スクール内の掲示板やホームページでご確認下さい。



南町田

インターナショナルテニスカレッジ

