# 辻コーチのテーマ別レッスン

# 毎週火曜日開催

## 2月分

| | 【9:25～10:55】<br>初級～上級/アウトドア | 【15:00～16:30】<br>初中級～上級/アウトドア |
|---|---|---|
| 2月5日 （火） | ●フォア・バックストローク●<br>正しいグリップとスイング | ●ボレー＆スマッシュ●<br>グリップチェンジとフットワーク |
| 2月12日 （火） | ●フォアハンドストローク●<br>正しい打点と体幹の動き | ●アプローチとボレー●<br>フットワークとタイミング |
| 2月19日 （火） | ●ボレー＆スマッシュ●<br>グリップチェンジとフットワーク | ●フォア・バックストローク●<br>正しい打点とフットワーク |
| 2月26日 （火） | ●サーブの基本とラリー●<br>トス・打点・リズム | ●ネットプレーパッシング●<br>フットワークとコントロール |

## ■受講料■

## ￥10,800（1ヶ月在籍）

## 1回のみスポット　￥3,080（ビジター￥3,700）

# 辻コーチのテーマ別レッスン

# 毎週火曜日開催

## 2月分

| | 【9:25～10:55】<br>初級～上級／アウトドア | 【15:00～16:30】<br>初中級～上級／アウトドア |
|---|---|---|
| 2月5日　（火） | ●フォア・バックストローク●<br>正しいグリップとスイング | ●ボレー＆スマッシュ●<br>グリップチェンジとフットワーク |
| 2月12日（火） | ●フォアハンドストローク●<br>正しい打点と体幹の動き | ●アプローチとボレー●<br>フットワークとタイミング |
| 2月19日（火） | ●ボレー＆スマッシュ●<br>グリップチェンジとフットワーク | ●フォア・バックストローク●<br>正しい打点とフットワーク |
| 2月26日（火） | ●サーブの基本とラリー●<br>トス・打点・リズム | ●ネットプレーパッシング●<br>フットワークとコントロール |

## ■受講料■

## ￥10,800（1ヶ月在籍）

## 1回のみスポット　￥3,080（ビジター￥3,700）

**木曜日（9時25分）クラスは**
**ベテランシングルスクラスに変更にないました！**