

<2019年6月期のレッスンテーマ>

6月2日(日)～6月29日(土)

	月		火		水		木		金			土		日		
1	中上級	はじめて	はじめて	初中級	初級	初中級	初級	初中級	中級	中上女D	0	はじめて	初中級	0	初中級	
	ボレーコースコントロールからの展開			バックハンドストロークの高い打点にチャレンジしよう!		バックハンドストロークの高い打点にチャレンジしよう!		ローボレーをやってみよう!	バックハンドストロークの高い打点にチャレンジしよう!	バックハンドストロークの高い打点にチャレンジしよう!						
2	初中級	初級	初級	中級女D	中上女D	中級	初中級がちんこ	中級	初級	初中級	1	初級	初中級	1	中級	中上級
	ローボレーをやってみよう!			ボレーコースコントロールからの展開	ボレーコースコントロールからの展開	ローボレーをやってみよう!	ローボレーをやってみよう!	ローボレーをやってみよう!		ローボレーをやってみよう!			ローボレーをやってみよう!		セカンドサーブをしっかり打ってみよう!	ローボレーをやってみよう!
3	中上級	中級	中級	中上級	はじめて	中級がちんこ	中上級	初中級	中級	2	2	中級女D	中級	2	初級	初中級
	セカンドサーブをしっかり打ってみよう!	セカンドサーブをしっかり打ってみよう!	ローボレーにチャレンジしよう!	ローボレーにチャレンジしよう!		セカンドサーブをしっかり打ってみよう!		セカンドサーブをしっかり打ってみよう!	ローボレーにチャレンジしよう!				ローボレーにチャレンジしよう!			バックハンドストロークの高い打点にチャレンジしよう!
9	P1	P2	P1	初中級	初中級	中級	P1	P2	P2	3	3	初中級	中上級	3	中級	中上級
				バックハンドストロークの高い打点にチャレンジしよう!	バックハンドストロークの高い打点にチャレンジしよう!	セカンドサーブをしっかり打ってみよう!			ローボレーにチャレンジしよう!				バックハンドストロークの高い打点にチャレンジしよう!		ローボレーにチャレンジしよう!	バックハンドストロークの高い打点にチャレンジしよう!
10	中級	中上級	鬼球出し	初中級	初級	中上級	初中級	中級	初級	10	10	初級	初中級	10	初級	初中級
	セカンドサーブをしっかり打ってみよう!	セカンドサーブをしっかり打ってみよう!		バックハンドストロークの高い打点にチャレンジしよう!		バックハンドストロークの高い打点にチャレンジしよう!	セカンドサーブをしっかり打ってみよう!	バックハンドストロークの高い打点にチャレンジしよう!					ローボレーにチャレンジしよう!		バックハンドストロークの高い打点にチャレンジしよう!	バックハンドストロークの高い打点にチャレンジしよう!

	1週目	2週目	3週目	4週目
はじめて	フォアハンドストローク	バックハンドストローク	フォア・バックの復習	サーブ
初級	クロスラリー	ボレー	サーブ	ゲーム形式
キッズ・JS	フォアハンドの基本	バックハンドの基本	ラリーにチャレンジ	ゲームにチャレンジ
J1	ストロークの基本	ラリーにチャレンジ	サーブの基本	ゲームにチャレンジ

11	中級	中上級
	ローボレーにチャレンジしよう!	セカンドサーブをしっかり打ってみよう!