

## ＜2020年3月期のレッスンテーマ＞3月1日(日)～3月28日(土)

		月		火		水		木		金		土		日		
1	中上級	初級45	初中級	初級	初中級	いろいろな高さのボレー	初級	初級	中級	中上女D	0	はじめて	初中級	0	初中・中級	
	ボレー対ストロークをたくさん		サーブとレシーブ										アプローチからのボレーの流れを作ろう		平行陣の上達！ボレーのフットワーク	雁行陣から平行陣へ
2	初中・中級	初級	中・中上級女D	中上女D	中級	初級	中級	初級	初級	初中級	1	初級	初中・中級	1	中級	中上級
	サーブとレシーブ		平行陣の上達！ボレーのフットワーク	平行陣の上達！ボレーのフットワーク	ポーチボレーを極めよう	アプローチからのボレーの流れを作ろう	ポーチボレーを極めよう	雁行陣から平行陣へ	いろいろな高さのボレー	雁行陣から平行陣へ			ポーチボレーを極めよう		平行陣のロブカバー	
3	中級	中級	中上級	初級45	中級がちんこ	平行陣のロブカバー	中級	中上級	初級	中級	2	2	中・中上級女D	中級	初級	初中級
	ポーチボレーを極めよう	ポーチボレーを極めよう	平行陣のロブカバー		はじめて			平行陣のロブカバー	ポーチボレーを極めよう	雁行陣から平行陣へ			ポーチボレーを極めよう	平行陣の上達！ボレーのフットワーク		ポーチボレーを極めよう
4	初級45		鬼球出ボレー		初級	初級	初級45	初級	初級	3	3	初中級	中上級	3	中級	中上級
												雁行陣から平行陣へ	ポーチボレーを極めよう		雁行陣から平行陣へ	ポーチボレーを極めよう
9	P1	P2	P1	初中級	初中級	中級	P1	P2	P2	中級	10	10	初級	初中級	初級	アプローチからのボレーの流れを作ろう
			はじめて	アプローチからのボレーの流れを作ろう	平行陣のロブカバー	平行陣のロブカバー										アプローチからのボレーの流れを作ろう
10	中級	中上級	鬼球出しボレー	初中級	初級	中上級	初中級	中級	ソフトテニス	初級	11	11	中級	中上級	初級	ポーチボレーを極めよう
	リターンから平行陣になろう	ポーチボレーを極めよう	はじめて	雁行陣から平行陣へ		ポーチボレーを極めよう	アプローチからのボレーの流れを作ろう	ポーチボレーを極めよう					ポーチボレーを極めよう	ポーチボレーを極めよう		