

# ＜2020年9月期のレッスンテーマ＞9月6日(日)～10月3日(土)

		月		火		水		木		金		土		日	
1	中上級	初級45	初中級	中級女D	初中級		初中級	中級	中上女D	0		初中級	0	初中級	中級
	詰めてボレーと、オーバーヘッドスマッシュ		はじめて	前衛のポジションとポーチボレー	ボレーカットをしよう！	前衛のポジションとポーチボレー	前衛のポジションとポーチボレー	詰めてボレーと、オーバーヘッドスマッシュ	ボレーカットをしよう！		はじめて	前衛のポジションとポーチボレー		前衛のポジションとポーチボレー	詰めてボレーと、オーバーヘッドスマッシュ
2	初中・中級	初級	中・中上級女D	中上女D	中級	初中級	中級		初中級	1		初中・中級	1	中級	中上級
	前衛のポジションとポーチボレー		ボレーカットをしよう！	ボレーカットをしよう！	詰めてボレーと、オーバーヘッドスマッシュ	前衛のポジションとポーチボレー	詰めてボレーと、オーバーヘッドスマッシュ	初級	前衛のポジションとポーチボレー		初級	前衛のポジションとポーチボレー		詰めてボレーと、オーバーヘッドスマッシュ	
3	中級	中級	中上級	初級45	中級		中上級	初中級	中級	2	中・中上級女D	中級	2		初中級
	詰めてボレーと、オーバーヘッドスマッシュ	詰めてボレーと、オーバーヘッドスマッシュ	詰めてボレーと、オーバーヘッドスマッシュ		はじめて	詰めてボレーと、オーバーヘッドスマッシュ	詰めてボレーと、オーバーヘッドスマッシュ	前衛のポジションとポーチボレー	詰めてボレーと、オーバーヘッドスマッシュ		ボレーカットをしよう！	詰めてボレーと、オーバーヘッドスマッシュ		初級	前衛のポジションとポーチボレー
4	初級45							初級45		3	初中級	中上級	3	中級	中上級
						初級		初級	前衛のポジションとポーチボレー		詰めてボレーと、オーバーヘッドスマッシュ	詰めてボレーと、オーバーヘッドスマッシュ			
9	P1	P2	P1	初中級	初中級	中級	P1	P2	P2	10		初中級	10	初級	打点を落とさずストロークを打とう！
	はじめて		前衛のポジションとポーチボレー	前衛のポジションとポーチボレー	詰めてボレーと、オーバーヘッドスマッシュ	詰めてボレーと、オーバーヘッドスマッシュ	詰めてボレーと、オーバーヘッドスマッシュ								
10	中級	中上級	鬼球出しボレー	初中級		中上級	初中級	中級		11	中級	中上級	11		
	ファーストボレーを安定させよう！	詰めてボレーと、オーバーヘッドスマッシュ	はじめて	前衛のポジションとポーチボレー	初級	詰めてボレーと、オーバーヘッドスマッシュ	前衛のポジションとポーチボレー	詰めてボレーと、オーバーヘッドスマッシュ	初級		ソフトテニス	詰めてボレーと、オーバーヘッドスマッシュ		ファーストボレーを安定させよう！	