

＜2021年4月期のレッスンテーマ＞4月4日(日)～5月8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	0	初中級	初中級	中級				
	足元のボレーを強化しよう！		はじめて	ロブを打った後の動き	バックボレーをがんばろう！		ロブを打った後の動き	スマッシュ！スマッシュ！スマッシュ！	ライジングにチャレンジ	アプローチからのポジションをしっかりと！	ロブを打った後の動き	ライジングにチャレンジ	
2	初中・中級	初級	中・中上級女D	中上級女D	中級	初中級	中級	1	初級	初中・中級	中級	中上級	
	ロブを打った後の動き		アプローチからのポジションをしっかりと！	アプローチからのポジションをしっかりと！	足元のボレーを強化しよう！	ロブを打った後の動き	ライジングにチャレンジ		初級	ロブを打った後の動き	スマッシュ！スマッシュ！スマッシュ！	足元のボレーを強化しよう！	ライジングにチャレンジ
3	中級	中級	中上級	初級45	中級	2	中・中上級女D	中級	2	初級	初中級	中級	
	ライジングにチャレンジ	足元のボレーを強化しよう！	ライジングにチャレンジ		はじめて		ライジングにチャレンジ	足元のボレーを強化しよう！		スマッシュ！スマッシュ！スマッシュ！	ライジングにチャレンジ	アプローチからのポジションをしっかりと！	足元のボレーを強化しよう！
4	初級45	特別レッスン	中上級女D	初級	3	初級45	初中級	中上級	3	初中級	中上級	中級	中上級
			バックハンドストロー				アプローチからのポジションをしっかりと！	スマッシュ！スマッシュ！スマッシュ！		足元のボレーを強化しよう！	スマッシュ！スマッシュ！スマッシュ！	足元のボレーを強化しよう！	スマッシュ！スマッシュ！スマッシュ！
9	P1	P2	P1	初中級	初中級	中級	P1	P2	P2	10	ソフトテニス	初中級	初中級
	はじめて		はじめて	ロブを打った後の動き	ロブを打った後の動き	ライジングにチャレンジ						はじめて	ライジングにチャレンジ
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	ソフトテニス	11	中級	中上級
	足元のボレーを強化しよう！	ライジングにチャレンジ	ストローク	スマッシュ！スマッシュ！スマッシュ！		はじめて	ライジングにチャレンジ	ロブを打った後の動き		足元のボレーを強化しよう！	ソフトテニス	足元のボレーを強化しよう！	ライジングにチャレンジ