

# ＜2024年12月期のレッスンテーマ＞11月28日(木)～12月25日(水)

月		火	水	木	金	土		日							
1	中・中上級	初級45  <b>はじめて</b>	初中級	中級女D	初中級		初中級	中級	中上女D	0	<b>はじめて</b>	初中級	0	初中級	中級
	ストロークから攻撃してみよう！		サービスゲームを有利に進めよう	あと一步の動きを意識しよう	サービスゲームを有利に進めよう	バックボレー	ストロークから攻撃してみよう！	あと一步の動きを意識しよう	サービスゲームを有利に進めよう			サービスゲームを有利に進めよう	サービスゲームを有利に進めよう	ストロークから攻撃してみよう！	
2	初中・中級	中・中上級女D  <b>初級</b>	中上級女D	中級	中級		初中級	初中級	1	<b>初級</b>	初中・中級	1	中級	中上級	
	サービスゲームを有利に進めよう		あと一步の動きを意識しよう	あと一步の動きを意識しよう	ストロークから攻撃してみよう！	ストロークから攻撃してみよう！	サービスゲームを有利に進めよう	サービスゲームを有利に進めよう	サービスゲームを有利に進めよう		ストロークから攻撃してみよう！	ストロークから攻撃してみよう！			
3	中級	中級	中上級	中級	中上級		初中級	中級	2	中級	中級	2	<b>初級</b>	初中級	
	ストロークから攻撃してみよう！		ストロークから攻撃してみよう！	ストロークから攻撃してみよう！	ストロークから攻撃してみよう！	ストロークから攻撃してみよう！	サービスゲームを有利に進めよう	ストロークから攻撃してみよう！	ストロークから攻撃してみよう！		ストロークから攻撃してみよう！	サービスゲームを有利に進めよう			
4	エンジョイ60						エンジョイ60		3	初中級	中上級	3	中級	中上級	
				<b>初級</b>		サービスゲームを有利に進めよう	ストロークから攻撃してみよう！	ストロークから攻撃してみよう！	ストロークから攻撃してみよう！		ストロークから攻撃してみよう！				
9	P1	P2	初中級	中級	P1	ソフトテニス1	中級	10	初中級	7	<b>初級</b>	10	ソフトテニス2		
	<b>はじめて</b>		<b>はじめて</b>	サービスゲームを有利に進めよう	ストロークから攻撃してみよう！	<b>はじめて</b>	P2	ストロークから攻撃してみよう！	ソフトテニス1			サービスゲームを有利に進めよう	ソフトテニス2		
10	中級	中上級	<b>初級</b>	初中級	中上級	中級		<b>初級</b>	ソフトテニス2	11	中級	中上級	11	中級	中上級
	ストロークから攻撃してみよう！	ストロークから攻撃してみよう！		サービスゲームを有利に進めよう	ストロークから攻撃してみよう！	<b>レンタルコート</b>	ストロークから攻撃してみよう！		ソフトテニス2			ソフトテニス2		ストロークから攻撃してみよう！	ストロークから攻撃してみよう！