

7月のフレッシュオープン卓球教室

日付	コーチ	時間	人数	テーマ	プリントNo.3
3日(火)	遊澤	10:00~11:15	6名	早いタイミングでのツツキとストップ	
3日(火)	遊澤	11:30~12:45	6名	下回転サーブからの3球目攻撃	
3日(火)	織部(隆)	15:00~16:15	6名	使って覚える粒高対策	
4日(水)	菅家	14:45~16:00	6名	横回転を簡単に操る練習	
5日(木)	織部(隆)	13:30~14:45	6名	いろいろなチキータやってみよう!(ループ)	
10日(火)	遊澤	10:00~11:15	6名	巻き込みサーブからの3球目攻撃	
10日(火)	遊澤	11:30~12:45	6名	バックブロックとバックカウンター	
10日(火)	織部(隆)	15:00~16:15	6名	チキータ!!・・・と、みせかけてツツキ	
11日(水)	菅家	14:45~16:00	6名	横回転をラクに返す練習	
12日(木)	織部(隆)	13:30~14:45	6名	いろいろなチキータやってみよう!(横回転)	
14日(土)	織部(隆)	13:00~14:15	4名	バックブロックからチャンスを作る	
17日(火)	遊澤	10:00~11:15	6名	下回転サーブからの3球目攻撃	
17日(火)	遊澤	11:30~12:45	6名	早いタイミングでのツツキとストップ	
17日(火)	織部(隆)	15:00~16:15	6名	チキータ!!・・・と、みせかけてストップ	
18日(水)	菅家	14:45~16:00	6名	回転を自由自在にコントロールする練習	
19日(木)	織部(隆)	13:30~14:45	6名	いろいろなチキータやってみよう!(下回転)	
21日(土)	織部(隆)	13:00~14:15	4名	ミドル VS ミドル	
24日(火)	遊澤	10:00~11:15	6名	バックブロックとバックカウンター	
24日(火)	遊澤	11:30~12:45	6名	巻き込みサーブからの3球目攻撃	
24日(火)	織部(隆)	15:00~16:15	6名	遊びで磨ける見えてくる(センスの正体)	
25日(水)	菅家	14:45~16:00	6名	自由テーマ	
26日(木)	織部(隆)	13:30~14:45	6名	いろいろなチキータやってみよう!(短く)	
28日(土)	織部(隆)	13:00~14:15	4名	バックプッシュで強打できるようになる	
31日(火)	遊澤	10:00~11:15	6名	一撃バックハンド強打!!	
31日(火)	遊澤	11:30~12:45	6名	色々な位置からのフォアカウンター	
31日(火)	織部(隆)	15:00~16:15	6名	シュートスマッシュ	

申込受付 **メンバー**6/24(日) **教室会員** 6/26(火) **一般**6/28(木) 10時から開始致します!

※遊澤コーチのフレッシュオープン教室は、原則1日2回受講することは出来ませんが、当日に申込み人数が満員でなければ、連続でご参加いただけます。

※テーマは変更する場合がございますのでご了承ください。



どなたでも参加していただくことができます。(予約制)

参加費 **メンバー** 2,500円 **教室会員** 2,750円 **一般** 3,000円



☎ 0422-49-8629 アイティーエス三鷹

<http://its-mitaka.co.jp>