

# 6月のフレッシュオープン卓球教室

プリントNo.3

日付	コーチ	時間	テーマ
1日(木)	織部(隆)	13:30~14:45	流れを変えるブロック
3日(土)	織部(隆)	13:00~14:15	横回転ツツキ
6日(火)	遊澤	10:00~11:15	フォアドライブ
6日(火)	遊澤	11:30~12:45	バックハンド強打
6日(火)	織部(隆)	14:45~16:00	チキータを使ってみよう
7日(水)	菅家	14:45~16:00	相手のタイミングをずらす練習
8日(木)	織部(隆)	13:30~14:45	チキータを使ってみよう
10日(土)	織部(隆)	13:00~14:15	流れを変えるブロック
13日(火)	遊澤	10:00~11:15	カウンタードライブ
13日(火)	遊澤	11:30~12:45	ツツキ打ち
13日(火)	織部(隆)	14:45~16:00	横回転ツツキ
14日(水)	菅家	14:45~16:00	横回転を効果的に使う
15日(木)	織部(隆)	13:30~14:45	横回転ツツキ
17日(土)	織部(隆)	13:00~14:15	チキータを使ってみよう
20日(火)	遊澤	10:00~11:15	バックハンド強打
20日(火)	遊澤	11:30~12:45	フォアドライブ
20日(火)	織部(隆)	14:45~16:00	流れを変えるブロック
21日(水)	菅家	14:45~16:00	ラリーの先を読む練習
22日(木)	織部(隆)	13:30~14:45	バック対バックに強くなる
24日(土)	織部(隆)	13:00~14:15	カウンタースマッシュ
27日(火)	遊澤	10:00~11:15	ツツキ打ち
27日(火)	遊澤	11:30~12:45	カウンタードライブ
27日(火)	織部(隆)	14:45~16:00	ナックルドライブ
28日(水)	菅家	14:45~16:00	自由テーマ
29日(木)	織部(隆)	13:30~14:45	ナックルプッシュ

申込受付 **メンバー**5/24(水) **教室会員** 5/26(金) **一般**5/28(日) 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>