

8月のオープン卓球教室

日付	コーチ	時間	テーマ プリントNo.3
5 日 (火)	遊澤	10:00~11:15	超速ロングサーブ
5 日 (火)	遊澤	11:30~12:45	ループドライブに対してのバックブロック
7 日 (木)	北村	10:00~11:15	基礎をしっかりとやってみよう (入門の方もOK!)
7 日 (木)	織部(隆)	13:15~14:30	カット打ちで下回転に強くなる
12 日 (火)	遊澤	10:00~11:15	巻き込みサーブ
12 日 (火)	遊澤	11:30~12:45	早いタイミングでのツッツキとストップ
14 日 (木)	北村	10:00~11:15	基礎をしっかりとやってみよう (入門の方もOK!)
14 日 (木)	織部(隆)	13:15~14:30	カット打ちで下回転に強くなる
19 日 (火)	遊澤	10:00~11:15	ループドライブに対してのバックブロック
19 日 (火)	遊澤	11:30~12:45	超速ロングサーブ
21 日 (木)	織部(隆)	13:15~14:30	カット打ちで下回転に強くなる
26 日 (火)	遊澤	10:00~11:15	早いタイミングでのツッツキとストップ
26 日 (火)	遊澤	11:30~12:45	巻き込みサーブ
28 日 (木)	織部(隆)	13:15~14:30	カット打ちで下回転に強くなる

【定員】5~6名

【申込開始日時】 プラチナ会員 7/21(月) レギュラー会員 7/22(火) 10時から

※卓球教室や特別教室の振替先としてオープン教室をご選択いただけます。同料金であれば逆も可能です。

※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。

【参加費】 プラチナ会員 ￥2,550 レギュラー会員 ￥2,800

☎ 0422-49-8629 アイティーエス三鷹

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



9月のオープン卓球教室

日付	コーチ	時間	テーマ プリントNo.3
2 日 (火)	遊澤	10:00~11:15	フォア前逆モーションフリック
2 日 (火)	遊澤	11:30~12:45	激伸びサーブ
4 日 (木)	北村	10:00~11:15	基礎をしっかりやってみよう (入門の方もOK!)
4 日 (木)	織部(隆)	13:15~14:30	カット打ちで下回転に強くなる
9 日 (火)	遊澤	10:00~11:15	早いタイミングでのツツキ&ストップ
9 日 (火)	遊澤	11:30~12:45	回り込み強打
11 日 (木)	織部(隆)	13:15~14:30	カット打ちで下回転に強くなる
16 日 (火)	遊澤	10:00~11:15	激伸びサーブ
16 日 (火)	遊澤	11:30~12:45	フォア前逆モーションフリック
18 日 (木)	織部(隆)	13:15~14:30	カット打ちで下回転に強くなる
23 日 (火)	遊澤	10:00~11:15	回り込み強打
23 日 (火)	遊澤	11:30~12:45	早いタイミングでのツツキ&ストップ
25 日 (木)	北村	10:00~11:15	基礎をしっかりやってみよう (入門の方もOK!)
25 日 (木)	織部(隆)	13:15~14:30	カット打ちで下回転に強くなる
30 日 (火)	遊澤	10:00~11:15	バックのツツキ打ち
30 日 (火)	遊澤	11:30~12:45	両ハンドの切り返し

【定員】5~6名

【申込開始日時】 プラチナ会員8/20(水) レギュラー会員 8/21(木) 10時から

※卓球教室や特別教室の振替先としてオープン教室をご選択いただけます。同料金であれば逆も可能です。

※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。

【参加費】 プラチナ会員 ¥2,550 レギュラー会員 ¥2,800



☎ 0422-49-8629 アイティーエス三鷹

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

