

12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	順横回転サーブ
2 日 (火)	遊澤	11:30~12:45	早いタイミングでのツツキとストップ
3 日 (水)	織部(隆)	11:30~12:45	水曜基礎特別教室
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	下回転サーブに対してのフォア前フリック
9 日 (火)	遊澤	11:30~12:45	バックハンド強打
10 日 (水)	織部(隆)	11:30~12:45	水曜基礎特別教室
11 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!)
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	早いタイミングでのツツキとストップ
16 日 (火)	遊澤	11:30~12:45	順横回転サーブ
17 日 (水)	織部(隆)	11:30~12:45	水曜基礎特別教室
18 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!)
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	バックハンド強打
23 日 (火)	遊澤	11:30~12:45	下回転サーブに対してのフォア前フリック
24 日 (水)	織部(隆)	11:30~12:45	水曜基礎特別教室
25 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!)
25 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】5～7名

【申込開始日時】 プラチナ会員 11/19(水) レギュラー会員 11/20(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>



1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
6 日 (火)	遊澤	10:00~11:15	両ハンドの切り返し
6 日 (火)	遊澤	11:30~12:45	早いタイミングでのツツキとストップ
8 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!)
8 日 (木)	織部(隆)	13:15~14:30	カット打ちで下回転に強くなる
13 日 (火)	遊澤	10:00~11:15	スマッシュに対してのバックブロック
13 日 (火)	遊澤	11:30~12:45	遊澤流ナックルロングサーブ
15 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!)
15 日 (木)	織部(隆)	13:15~14:30	カット打ちで下回転に強くなる
20 日 (火)	遊澤	10:00~11:15	早いタイミングでのツツキとストップ
20 日 (火)	遊澤	11:30~12:45	両ハンドの切り返し
22 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!)
22 日 (木)	織部(隆)	13:15~14:30	カット打ちで下回転に強くなる
27 日 (火)	遊澤	10:00~11:15	遊澤流ナックルロングサーブ
27 日 (火)	遊澤	11:30~12:45	スマッシュに対してのバックブロック
29 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!)
29 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12/22(月) レギュラー会員 12/23(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>

