

12月のチケットレッスン

【チケットレッスンとは】 1時間のレッスンを受講+45分のフリータイム利用ができるチケット制レッスン

[他のレッスンと比較して長く卓球をお楽しみいただけるレッスンです。
特にフリータイムでは、レッスンの復習やメンバー様同士の交流をお楽しみいただけます。]

【料金】 10枚綴りチケット： プラチナ会員 ¥18,700 レギュラー会員 ¥26,000

※1回ごとのお支払いをご希望の場合 プラチナ会員 ¥1,980 レギュラー会員 ¥2,750

【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

【定員】 6~8名

日につき	コーチ	時間	テーマ	プリントNo.2
1日（月）	樋口	15:00-16:45	個人のテーマ	
4日（木）	鐵部(隆)	15:00-16:45	コーチと練習方法から考える個別テーマ	
6日（土）	鐵部(隆)	14:30-16:15	基礎をしっかりやってみよう	
6日（土）	鐵部(隆)	16:30-18:15	コーチと練習方法から考える個別テーマ	
7日（日）	樋口	11:00-12:45	【実はレシーブ強打されづらい】フォアヘーロングサーブをしてみよう	
8日（月）	樋口	15:00-16:45	個人のテーマ	
11日（木）	鐵部(隆)	15:00-16:45	コーチと練習方法から考える個別テーマ	
13日（土）	鐵部(隆)	14:30-16:15	基礎をしっかりやってみよう	
13日（土）	鐵部(隆)	16:30-18:15	コーチと練習方法から考える個別テーマ	
15日（月）	樋口	15:00-16:45	個人のテーマ	
18日（木）	鐵部(隆)	15:00-16:45	コーチと練習方法から考える個別テーマ	
20日（土）	鐵部(隆)	14:30-16:15	基礎をしっかりやってみよう	
20日（土）	鐵部(隆)	16:30-18:15	コーチと練習方法から考える個別テーマ	
21日（日）	樋口	11:00-12:45	【戦い方】攻めが強い人に対しての戦術	
22日（月）	樋口	15:00-16:45	個人のテーマ	
25日（木）	鐵部(隆)	15:00-16:45	コーチと練習方法から考える個別テーマ	



ITS三鷹卓球クラブ 0422-49-8629



1月のチケットレッスン

【チケットレッスンとは】 1時間のレッスンを受講+45分のフリータイム利用ができるチケット制レッスン

[他のレッスンと比較して長く卓球をお楽しみいただけるレッスンです。
特にフリータイムでは、レッスンの復習やメンバー様同士の交流をお楽しみいただけます。]

【料金】 10枚綴りチケット： プラチナ会員 ¥18,700 レギュラー会員 ¥26,000

※1回ごとのお支払いをご希望の場合 プラチナ会員 ¥1,980 レギュラー会員 ¥2,750

【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

【定員】 6~8名

日につき	コーチ	時間	テーマ	プリントNo.2
4日（日）	樋口	11:00-12:45	【フォアハンドで出す横回転サーブ】順横回転サーブをしてみよう	
5日（月）	樋口	15:00-16:45		個人のテーマ
8日（木）	鐵部(隆)	15:00-16:45		コーチと練習方法から考える個別テーマ
10日（土）	鐵部(隆)	14:30-16:15		基礎をしっかりやってみよう
10日（土）	鐵部(隆)	16:30-18:15		コーチと練習方法から考える個別テーマ
11日（日）	樋口	11:00-12:45		【戦い方】守りの意識が強い人への戦術
12日（月）	樋口	15:00-16:45		個人のテーマ
15日（木）	鐵部(隆)	15:00-16:45		コーチと練習方法から考える個別テーマ
17日（土）	鐵部(隆)	14:30-16:15		基礎をしっかりやってみよう
17日（土）	鐵部(隆)	16:30-18:15		コーチと練習方法から考える個別テーマ
18日（日）	樋口	11:00-12:45		【バックハンドで仕掛けよう】バックハンドでループドライブ
19日（月）	樋口	15:00-16:45		個人のテーマ
22日（木）	鐵部(隆)	15:00-16:45		コーチと練習方法から考える個別テーマ
24日（土）	鐵部(隆)	14:30-16:15		基礎をしっかりやってみよう
24日（土）	鐵部(隆)	16:30-18:15		コーチと練習方法から考える個別テーマ
25日（日）	樋口	11:00-12:45		【コースの予測を外す】トスを落とす位置に変化を付ける
26日（月）	樋口	15:00-16:45		個人のテーマ
29日（木）	鐵部(隆)	15:00-16:45		コーチと練習方法から考える個別テーマ
31日（土）	鐵部(隆)	14:30-16:15		基礎をしっかりやってみよう
31日（土）	鐵部(隆)	16:30-18:15		コーチと練習方法から考える個別テーマ



ITS三鷹卓球クラブ 0422-49-8629

