

2月のフレッシュオープン卓球教室

日付	コーチ	時間	テーマ	プリントNo.3
1日(木)	織部(隆)	13:30~14:45	「下回転の正体を知ると、思ったより怖くないな」という体験を皆さんに	
3日(土)	織部(隆)	13:00~14:15	ブロックからのスマッシュ	
6日(火)	遊澤	10:00~11:15	下回転のボールに対しての攻撃	
6日(火)	遊澤	11:30~12:45	高速ロングサーブ	
6日(火)	織部(隆)	15:00~16:15	YGサーブのあれこれ	
7日(水)	菅家	14:45~16:00	回転量の多い下回転を上手に操る	
8日(木)	織部(隆)	13:30~14:45	しっかり入るバックハンドドライブ	
10日(土)	織部(隆)	13:00~14:15	YGサーブのあれこれ	
13日(火)	遊澤	10:00~11:15	バックハンドサーブ	
13日(火)	遊澤	11:30~12:45	フォアのツツキとストップ	
13日(火)	織部(隆)	15:00~16:15	「下回転の正体を知ると、思ったより怖くないな」という体験を皆さんに	
14日(水)	菅家	14:45~16:00	ナックルボールを上手に操る	
15日(木)	織部(隆)	13:30~14:45	ブロックからのスマッシュ	
17日(土)	織部(隆)	13:00~14:15	しっかり入るバックハンドドライブ	
20日(火)	遊澤	10:00~11:15	高速ロングサーブ	
20日(火)	遊澤	11:30~12:45	下回転のボールに対しての攻撃	
20日(火)	織部(隆)	15:00~16:15	しっかり入るバックハンドドライブ	
21日(水)	菅家	14:45~16:00	ナックルボールからのツブ高対策	
22日(木)	織部(隆)	13:30~14:45	YGサーブのあれこれ	
24日(土)	織部(隆)	13:00~14:15	「下回転の正体を知ると、思ったより怖くないな」という体験を皆さんに	
27日(火)	遊澤	10:00~11:15	フォアのツツキとストップ	
27日(火)	遊澤	11:30~12:45	バックハンドサーブ	
27日(火)	織部(隆)	15:00~16:15	ブロックからのスマッシュ	
28日(水)	菅家	14:45~16:00	自由テーマ	

申込受付 **メンバー**1/24(水) **教室会員** 1/26(金) **一般**1/28(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>