

# 3月のチケットレッスン

チケットレッスン … 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。】

※メンバー、教室会員限定

参加費

・メンバー 1944円(税抜き1800円)

・教室会員 2700円(税抜き2500円)

プリントNo.2

日付	コーチ	時間	テーマ
1日(木)	織部(隆)	15:00-16:45	張本選手のバックハンドを仕組みから知る
3日(土)	織部(隆)	14:30-16:15	入門レッスン
3日(土)	織部(隆)	16:30-18:15	ストレートのブロックでチャンスを作る
4日(日)	樋口	11:00-12:45	効果的なサービスのコース配分
5日(月)	樋口	11:00-12:45	効果的なサービスのコース配分
7日(水)	山森	13:00-14:45	ラージボールでフォームづくり(基礎・応用)
8日(木)	織部(隆)	15:00-16:45	ラリーの中で使う横回転
10日(土)	織部(隆)	14:30-16:15	入門レッスン
10日(土)	織部(隆)	16:30-18:15	張本選手のバックハンドを仕組みから知る
11日(日)	樋口	11:00-12:45	ラケットを支える指の力の入れ方について
12日(月)	樋口	11:00-12:45	ラケットを支える指の力の入れ方について
14日(水)	山森	13:00-14:45	ラージボールでフォームづくり(基礎・応用)
15日(木)	織部(隆)	15:00-16:45	ストレートのブロックでチャンスを作る
17日(土)	織部(隆)	14:30-16:15	入門レッスン
17日(土)	織部(隆)	16:30-18:15	ラリーの中で使う横回転
18日(日)	樋口	11:00-12:45	横回転に対して回転に沿うようにレシーブ
19日(月)	樋口	11:00-12:45	横回転に対して回転に沿うようにレシーブ
21日(水)	山森	13:00-14:45	ラージボールでフォームづくり(基礎・応用)
22日(木)	織部(隆)	15:00-16:45	バックドライブからのスマッシュ
24日(土)	織部(隆)	14:30-16:15	入門レッスン
24日(土)	織部(隆)	16:30-18:15	ダブルスに使えるレシーブとバックハンド
25日(日)	樋口	11:00-12:45	色んな回転に対して角度打ち
26日(月)	樋口	11:00-12:45	色んな回転に対して角度打ち
28日(水)	山森	13:00-14:45	ラージボールでフォームづくり(基礎・応用)
29日(木)	織部(隆)	15:00-16:45	ダブルスに使えるレシーブとバックハンド
31日(土)	織部(隆)	14:30-16:15	入門レッスン
31日(土)	織部(隆)	16:30-18:15	バックドライブからのスマッシュ

チケットレッスンは10枚綴のチケットがお得です！

メンバー 18,360円(税抜き17,000円)

教室会員 25,714円(税抜き23,810円)



※チケットレッスンには学割(20%)が適用されます

ITS三鷹卓球クラブ 0422-49-8629

