

# 6月のオープン卓球教室

No.	教室名	コーチ	日付	時間	定員	テーマ
1	火曜B	樋口	18日(火)	13:00~14:15	6名	ナックルロングサーブ!
2	火曜入門	樋口	18日(火)	13:00~14:15	6名	フォアハンドを中心とした基礎練習
3	健康卓球	呂	18日(火)	15:15~16:30	6名	バックハンドロングと切り返し
4	火曜D	菅家	18日(火)	19:00~20:15	7名	ツブ高に対してサイドスピンを入れたツツキを使う
5	水曜・遊澤流卓球教室A	遊澤	19日(水)	10:30~12:00	8名	打点の高いドライブからのラリー
6	サンケイリビング	山森	19日(水)	10:30~11:45	6名	バックハンドロング
7	水曜・遊澤流卓球教室B	遊澤	19日(水)	13:00~14:30	8名	遊澤流ナックルロングサーブ
8	木曜A	遊澤	20日(木)	10:30~11:45	6名	曲がる横回転サーブ
9	木曜B	呂	20日(木)	13:00~14:15	6名	両ハンドドライブ(対ツツキ)
10	木曜・遊澤流卓球教室A	遊澤	20日(木)	14:30~16:00	8名	YGサーブ
11	金曜初級	呂	21日(金)	10:30~11:45	6名	チキータとフリックを使って
12	金曜A	山森	21日(金)	10:30~11:45	6名	バックハンドロング
13	金曜B	遊澤	21日(金)	13:00~14:15	6名	曲がる横回転サーブ
14	土曜B	呂	22日(土)	13:00~14:15	6名	バックハンドロングサーブとバックハンドロング
15	土曜C	呂	22日(土)	15:00~16:15	6名	横回転サーブから3球目ドライブ
16	月曜A	呂	24日(月)	10:30~11:45	6名	色々な切り返しとフォアハンドスマッシュ
17	月曜B	菅家	24日(月)	13:00~14:15	6名	ツツキを安定させる
18	月曜C中級	菅家	24日(月)	14:30~15:45	6名	サイドスピンを入れたツツキレシーブとラリー
19	月曜D	菅家	24日(月)	19:00~20:15	6名	サイドスピンを入れたツツキレシーブとラリー
20	火曜B	樋口	25日(火)	13:00~14:15	6名	横回転ロングサーブ!
21	火曜入門	樋口	25日(火)	13:00~14:15	6名	バックハンドを中心とした基礎練習
22	健康卓球	呂	25日(火)	15:15~16:30	6名	色々な切り返しとツツキ
23	火曜D	菅家	25日(火)	19:00~20:15	7名	自由テーマ
24	水曜・遊澤流卓球教室A	遊澤	26日(水)	10:30~12:00	8名	遊澤流ナックルロングサーブ
25	サンケイリビング	山森	26日(水)	10:30~11:45	6名	フォアハンドロング
26	水曜・遊澤流卓球教室B	遊澤	26日(水)	13:00~14:30	8名	打点の高いドライブからのラリー
27	木曜A	遊澤	27日(木)	10:30~11:45	6名	YGサーブ
28	木曜A入門	呂	27日(木)	10:30~11:45	6名	色々な切り返しとツツキ
29	木曜B	呂	27日(木)	13:00~14:15	6名	色々な切り返しとフォアハンドスマッシュ
30	木曜・遊澤流卓球教室A	遊澤	27日(木)	14:30~16:00	8名	曲がる横回転サーブ
31	金曜初級	呂	28日(金)	10:30~11:45	6名	両ハンドドライブ(対ツツキ)
32	金曜A	山森	28日(金)	10:30~11:45	6名	フォアハンドロング
33	金曜B	遊澤	28日(金)	13:00~14:15	6名	遊澤流ナックルロングサーブ
34	土曜C	樋口	29日(土)	15:00~16:15	6名	ご自身の持ちサーブから得意な3球目攻撃パターンを見つける

申込受付 **メンバー6/11(月)** **教室会員6/12(火)** **一般6/13(水)**

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