

9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	17日(火)	13:00~14:15	6名	ツッツキに対してバックハンドドライブ
2	火曜入門	樋口	17日(火)	14:30~15:45	6名	下回転から始めるラリー(フォア中心)
3	健康卓球	呂	17日(火)	15:15~16:30	6名	基本練習とゆっくりのラリー
4	火曜D	菅家	17日(火)	19:00~20:15	7名	早い打点でのツブ高攻撃&その対策
5	水曜・遊澤流卓球教室A	遊澤	18日(水)	10:30~12:00	8名	バックハンド強打
6	サンケイリビング	山森	18日(水)	10:30~11:45	6名	フォアハンドドライブ
7	水曜・遊澤流卓球教室B	遊澤	18日(水)	13:00~14:30	8名	ナックルロングサーブ
8	木曜A	遊澤	19日(木)	10:30~11:45	6名	ツッツキからの展開
9	金曜初級	呂	20日(金)	10:30~11:45	6名	色々な切り返しとラリー
10	金曜A	山森	20日(金)	10:30~11:45	6名	フォアハンドドライブ
11	金曜B	遊澤	20日(金)	13:00~14:15	6名	フォアブロックとバックブロック
12	火曜B	樋口	24日(火)	13:00~14:15	6名	ツッツキに対してフォアハンドドライブ
13	火曜入門	樋口	24日(火)	14:30~15:45	6名	下回転から始めるラリー(バック中心)
14	健康卓球	呂	24日(火)	15:15~16:30	6名	基本練習とゆっくりのラリー
15	火曜D	菅家	24日(火)	19:00~20:15	7名	早い打点でのツブ高攻撃&その対策
16	水曜・遊澤流卓球教室A	遊澤	25日(水)	10:30~12:00	8名	ナックルロングサーブ
17	サンケイリビング	山森	25日(水)	10:30~11:45	6名	バックハンドドライブ
18	水曜・遊澤流卓球教室B	遊澤	25日(水)	13:00~14:30	8名	バックハンド強打
19	木曜A	遊澤	26日(木)	10:30~11:45	6名	フォアブロックとバックブロック
20	木曜・遊澤流卓球教室A	遊澤	26日(木)	14:30~16:00	8名	ナックルロングサーブ
21	金曜初級	呂	27日(金)	10:30~11:45	6名	色々な切り返しとラリー
22	金曜A	山森	27日(金)	10:30~11:45	6名	バックハンドドライブ
23	金曜B	遊澤	27日(金)	13:00~14:15	6名	ツッツキからの展開

申込受付 **メンバー9/10(火)** 教室会員**9/11(水)** 一般**9/12(木)**

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