

# 6月のオープン卓球教室

日付	コーチ	時間	テーマ	プリントNo.3
2日(木)	織部(隆)	13:30~14:45	多球練習をしてみよう(ランダム)	
7日(火)	遊澤	10:00~11:15	フォア前の流しフリック	
7日(火)	遊澤	11:30~12:45	巻き込みサーブ	
9日(木)	織部(隆)	13:30~14:45	多球練習をしてみよう(下回転)	
14日(火)	遊澤	10:00~11:15	バックvsバックからのラリー	
14日(火)	遊澤	11:30~12:45	横回転に対してのレシーブ	
16日(木)	織部(隆)	13:30~14:45	多球練習をしてみよう(上回転)	
21日(火)	遊澤	10:00~11:15	巻き込みサーブ	
21日(火)	遊澤	11:30~12:45	フォア前の流しフリック	
23日(木)	織部(隆)	13:30~14:45	横回転で遊んでみよう	
28日(火)	遊澤	10:00~11:15	横回転に対してのレシーブ	
28日(火)	遊澤	11:30~12:45	バックvsバックからのラリー	
30日(木)	織部(隆)	13:30~14:45	回り込みスマッシュ!	

【申込開始日時】 **メンバー5/22(日)** 教室会員 **5/23(月)** 10時から

※遊澤コーチのオープン教室は、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。

【参加費】 **メンバー ¥2,550** 教室会員 **¥2,800**

☎ 0422-49-8629 アイティーエス三鷹

<http://its-mitaka.co.jp>



# 7月のオープン卓球教室

日付	コーチ	時間	テーマ	プリントNo.3
5日(火)	遊澤	10:00~11:15	上級者の出す下回転サーブ	
5日(火)	遊澤	11:30~12:45	フォアブロックからの展開	
7日(木)	織部(隆)	13:30~14:45	多球練習(上回転)	
12日(火)	遊澤	10:00~11:15	表ソフトのボールに対して	
12日(火)	遊澤	11:30~12:45	サイドを切るツツキ	
14日(木)	織部(隆)	13:30~14:45	多球練習(下回転)	
19日(火)	遊澤	10:00~11:15	フォアブロックからの展開	
19日(火)	遊澤	11:30~12:45	上級者の出す下回転サーブ	
21日(木)	織部(隆)	13:30~14:45	多球練習(ランダム)	
26日(火)	遊澤	10:00~11:15	サイドを切るツツキ	
26日(火)	遊澤	11:30~12:45	表ソフトのボールに対して	
28日(木)	織部(隆)	13:30~14:45	多球練習(強弱の変化)	

【申込開始日時】 **メンバー6/22(水)** 教室会員 **6/23(木)** 10時から

※遊澤コーチのオープン教室は、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。

【参加費】 **メンバー ¥2,550** 教室会員 **¥2,800**

☎ 0422-49-8629 アイティーエス三鷹

<http://its-mitaka.co.jp>

