

2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
1日(木)	織部(隆)	13:30~14:45	多球練習をしてみよう(ランダム)	
6日(火)	遊澤	10:00~11:15	フォアのスピードドライブ	
6日(火)	遊澤	11:30~12:45	横回転を入れたツツキからのラリー	
8日(木)	織部(隆)	13:30~14:45	多球練習をしてみよう(ミドル対策)	
13日(火)	遊澤	10:00~11:15	バックのツツキ打ち	
13日(火)	遊澤	11:30~12:45	フォアのカーブドライブ	
15日(木)	織部(隆)	13:30~14:45	多球練習をしてみよう(個別テーマ)	
20日(火)	遊澤	10:00~11:15	横回転を入れたツツキからのラリー	
20日(火)	遊澤	11:30~12:45	フォアのスピードドライブ	
22日(木)	織部(隆)	13:30~14:45	多球練習をしてみよう(ドライブ)	
27日(火)	遊澤	10:00~11:15	フォアのカーブドライブ	
27日(火)	遊澤	11:30~12:45	バックのツツキ打ち	
29日(木)	織部(隆)	13:30~14:45	多球練習をしてみよう(個別テーマ)	

【定員】6名

【申込開始日時】 **メンバー**1/22(月) **教室会員** 1/23(火) 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>



3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	チャンスボール打ち	
5日(火)	遊澤	11:30~12:45	バックカウンター	
7日(木)	織部(隆)	13:30~14:45	多球練習をしてみよう(個別テーマ)	
12日(火)	遊澤	10:00~11:15	下回転サーブからの3球目攻撃	
12日(火)	遊澤	11:30~12:45	ナックルロングサーブ	
14日(木)	織部(隆)	13:30~14:45	多球練習をしてみよう(ミドル対策)	
19日(火)	遊澤	10:00~11:15	バックカウンター	
19日(火)	遊澤	11:30~12:45	チャンスボール打ち	
21日(木)	織部(隆)	13:30~14:45	多球練習をしてみよう(個別テーマ)	
26日(火)	遊澤	10:00~11:15	ナックルロングサーブ	
26日(火)	遊澤	11:30~12:45	下回転サーブからの3球目攻撃	
28日(木)	織部(隆)	13:30~14:45	多球練習をしてみよう(前後の動き)	

【定員】6名

【申込開始日時】 **メンバー**2/21(水) **教室会員** 2/22(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>

