

12月の少人数特別レッスン

特徴

- ①教室の定員が少ないので、コーチと打てる時間が長い
- ②テーマが決まっているので、目的に合わせたレッスンが受けられる
- ③通常教室よりも短い時間設定なので、体力に自信がない方でも安心

プリントNo.4

日付	コーチ	時間	テーマ
3日(月)	呂	14:50~15:50	各人のレベルに合わせた基本練習・応用練習
4日(火)	呂	13:00~14:00	負荷をかけての切り返し
10日(月)	樋口	14:50~15:50	実戦的なブロック練習
11日(火)	呂	13:00~14:00	バックハンドツッツキ打ち
17日(月)	樋口	14:50~15:50	色々な回転に対してストップ
18日(火)	呂	13:00~14:00	2019年の課題を決めよう
25日(火)	呂	13:00~14:00	2019年へホップ・ステップ・スマッシュ

※富樫コーチのツブ高練習会では”粒高を使う””粒高に対処する”の両方を練習できます。
※テーマはホームページ上でもご覧いただけます



参加費 メンバー¥1,944 教室会員¥2,160
※有料体験¥2,160

定員 3名
申込み11月24日(土)10:00より受け付け致します
☎ 0422-49-8629 アイティーエス三鷹
<http://www.its-mitaka.co.jp>

