

# 4月ワンポイントレッスン

4/2 (火) ~ 4/29 (月)



## ワンポイントレッスンとは



通常のレッスンとは別に、ショット別・ゲームの動きなどを補い、より詳しく行うレッスンです。通常では補足が難しい細部に渡ってレッスンを行いますので、皆さまの技術向上にお役立てください！  
また、定期的なご参加が難しい方にとっても、1回単位でご参加いただけるレッスンになっておりますので、ご都合の良い日程・クラスをご予約ください。

## どんなクラスがあるの



\*開催月によってクラス設定が異なります。詳しくは裏面をご覧ください

導入クラス【ビギナーズ~2.0】	ラケットの握り方からフォーム、打点を覚えるクラスです
基本クラス【2.0~3.0】	各ショットを打つ際の基本動作を覚えるクラスです
テクニカルクラス【3.0~】	各ショットの応用技術を覚えるクラスです
ラリークラス【1.5~(ポイント別)】	ラリー練習の中でショットの安定性を高めるクラスです
ゲームクラス【1.5~(ポイント別)】	ゲームでのショットの配球や、ポジションを覚えるクラスです

## レッスン時間

参加人数 3名以上 90分 2名 60分 1名 30分

## 参加人数

各クラス 6名

## 参加料金

1クラス ¥3,795(税込)

【レッスン当日にお支払いをお願いします】

◇ Great2・バースデーチケットがご利用いただけます

◇ スクールの振替をご利用しての受講はできません

## 申込方法

フロントに直接、またはお電話にてお申込みください

## 申込開始

3/28(木) 電話受付 9:00~ フロントでの受付9:30~

## キャンセル

**レッスン当日のキャンセルは参加料金が発生しますのでご了承ください**  
**代理の方の参加は可能です**

\*現金のみのお支払いとなり、Great2・バースデーチケットはご利用いただけません

キャンセルはレッスン前日21:00までにご連絡していただくようお願いいたします

## 諸注意

在籍しているレーティング(振替範囲内含む)クラスにお申込みください

レッスン当日のクラス変更の受付はお受けできません

コート上での準備体操は行いませんので、受講前に各自お済ませください  
担当コーチが急遽変更になる場合がございます。予めご了承ください



## 4月予定のテーマ一覧

導入クラス	基本クラス	テクニカルクラス	ラリークラス	ゲームクラス
サーブ	サーブ	ストローク トップスピン	ストロークラリー	
ストローク	ストローク	サーブ 回転・パワー ブロックリターン	ラリー・ストロークラリー	
ラリー	ネットプレー	ラリー スライス		

## 4月ワンポイントレッスン スケジュール表 4/2(火) ~ 4/29(月)

平日 (祝日含む)											
時間帯	A			B			C			D	
	9:55~11:25			11:30~13:00			13:05~14:35			14:40~16:10	
月	担当コーチ										
	4/8										
	4/15										
	4/22										
	4/29 (祝)										
火	担当コーチ			小 山			大 塚				
	4/2						ストローク トップスピン				
	4/9			導入 ストローク							
	4/16						サーブ 回転・パワー ブロックリターン				
	4/23			導入 サーブ			ラリー スライス				
水	担当コーチ									郵上特	
	4/3									ストロークラリー 4.0	
	4/10									基本 サーブ	
	4/17									ストロークラリー 4.0	
	4/24									基本 サーブ	
木	担当コーチ	新 谷	山 下				新 谷			郵上特	
	4/4	ラリー・ストローク ラリー3.5	基本 ストローク								
	4/11	ラリー・ストローク ラリー3.5	基本 ネットプレー				基本 サーブ			ストロークラリー 4.0	
	4/18	ラリー・ストローク ラリー3.5	基本 ストローク				基本 ストローク			ストロークラリー 4.0	
	4/25	ラリー・ストローク ラリー3.5	基本 ネットプレー				基本 サーブ			ストロークラリー 4.0	
金	担当コーチ			小 山			恩 塚	羽 石		郵上特	羽 石
	4/5										ラリー・ストローク ラリー4.0
	4/12			導入 ストローク			基本 サーブ	ストロークラリー 4.0		ストロークラリー 4.0	ラリー・ストローク ラリー4.0
	4/19			導入 ラリー			ストロークラリー 3.5	ストロークラリー 4.0		ストロークラリー 4.0	ラリー・ストローク ラリー4.0
	4/26			導入 サーブ						ストロークラリー 4.0	ラリー・ストローク ラリー4.0
土・日											
時間帯	A		B		C		D		E		F
	8:20~9:50		9:55~11:25		11:30~13:00		13:05~14:35		14:40~16:10		17:55~19:25
土	担当コーチ									郵上特	
	4/6										
	4/13								ストロークラリー 3.5		
	4/20								ストロークラリー 3.5		
	4/27								ストロークラリー 3.5		