

11月3日(日)オリジナルプログラムのご案内

棚佐コーチのオリジナルプログラム「11月3日(日)はゲームを楽しむ日!!」

もっとゲームをしたい!という声にお応えして・・・ゲームをやりましょう!!

テーマを一つ設け、テーマ練習を行った後はどんどんゲームをやっていきましょう!

○コーチも参加してゲームを楽しく盛り上げます。

○各時間とも参加されるメンバーをみて、コーチが組合せや対戦カードを考えます。

日頃、遠慮がちな方も楽しんでいただけます。

是非、御参加ください。



① 9:00~10:20 A・Bクラスの方

○テーマ「サーブが楽になるラケットの動きって?」

- ・・・サーブのラケットの動きとトスアップの位置をわかりやすく説明します。
コーチも一緒にゲームに参加します。Aクラスの方も楽しんでいただけます。

② 10:30~11:50 B・Cクラスの方

○テーマ「レシーブで注意するポイントって?」

- ・・・レシーブでのタイミングの取り方や狙うコースをわかりやすく説明します。
コーチも一緒にゲームに参加します。Bクラスの方も楽しんでいただけます。

③ 12:30~13:50 Cクラス以上の方

○テーマ「前衛を活かすためのサーブのコースって?」

- ・・・ボレーヤーとの連携を意識したサーブをわかりやすく説明します。
コーチも参加し、男ダブ、女ダブ、ミックスなどを楽しんでいただけます。

◆定員 各8名

◆料金 1,650円(税込)



当日はフロントはお休みです
前日までにフロントにてお支払いください
キャンセルは前日11月2日(土)18:00まで
当日申込、当日キャンセルはできません
トイレ等のご使用いただけます

