

10月テーマレッスン！

あなたの**技術**が変わります！

★申込受付 10月1日(水)20:30～

※申込20:30～21:30は電話受付のみとなります。
※当日キャンセルの場合は、キャンセル料が発生致しますので、予めご了承ください。(全額)

日付	時間	内容	レベル	料金(税込み)		コーチ
10/23(木)	14:40～16:20 コート2	前回しサーブ×前回しボレー	どなたでも	スクール生	5,000円	青井
				ビジター	5,500円	
10/30(木)	14:40～16:20 コート2	ローボレー&ハーフボレー 完全対応	中級以上	スクール生	5,000円	
				ビジター	5,500円	

TIPS

INTERNATIONAL SPORTS PRODUCTION

● テーマ レッスン

● 今回のテーマは「前回しファミリー」
サーブとボレーは**“別の技術”ではなく、
実は“同じ動き”なんです**

10月23日(木) 100分 どなたでも

前回しサーブ × 前回しボレー

→ 縄跳びの前回しで打つ！共通の動かし方で安定感アップ！

10月30日(木) 100分 中級以上

ローボレー&ハーフボレー完全対応

→ あせらなくても大丈夫、ピンチの場面でも冷静に対処！

◆ 「前に押す」じゃなく「回して」使う！

◆ サーブもボレーも、縄跳びを回すような「前回し」で安定！

◆ 力はいらないのに、あら不思議。

同じ動きだから覚えやすい！

“前回しファミリー”体感レッスン

▼



※定員6名になります。最少催行人数3名！
※レベルの違う方が受けたい場合は、コーチに要相談になります。
※担当コーチは変更になる場合がございますので予めご了承下さい。