

第50期 一般クラス レッスンテーマ

期間 2011.11月22日(火)～1月29日(日)

週	テーマ	初級	初中級	中級・中上級	上級
1	ストローク	ショートストローク	ショートクロス	コートサイドからの	コートセンターからの
2		(プレースメント)	(プレースメント)	ストローク展開	ストローク展開
3	ボレー	ロングボレー	距離のコントロール	高さのコントロール	スピードのコントロール
4		(プレースメント)	(プレースメント)	(ドロップ・ロブ)	(ストップ・パンチ)
5	スマッシュ	グランドスマッシュ (高いボール)	グランドスマッシュ (高いボール)	グランドスマッシュ (左右に動いて)	グランドスマッシュ (斜めに動いて)
6	サーブ	トス・ラケットワーク (フラットサーブ)	トス・ラケットワーク (スライスサーブ)	トス・ラケットワーク (スピンサーブ)	トス・ラケットワーク (打ち分け)
7	リターン	フットワーク	フットワーク	フットワーク	フットワーク
8	ゲーム	ゲーム	ゲーム	ゲーム	ゲーム

