

集中レッスンスケジュール

5月26日更新

【2020年6月】

DATE		TIME	コーチ	レッスン	対象	
4日	木	21:30~22:30	木内	シングルスゲーム練習60分	成人	
6日	土	7:30~9:00	斎藤	ひたすらラリー(ストローク)	成人	
7日	日	7:30~9:00	井上	シングルスレッスン(ストローク)	成人	更新
		15:00~16:30	斎藤	サーブ&リターン	成人	更新
		16:30~18:00	斎藤	ボレー	成人	更新
		18:00~19:30	井上	シングルスゲーム練習90分	成人	
11日	木	21:30~22:30	木内	シングルスゲーム練習60分	成人	
13日	土	7:30~9:00	斎藤	ひたすらラリー(ボレー)	成人	
14日	日	7:30~9:00	井上	シングルスレッスン(ネットプレー)	成人	更新
		15:00~16:30	斎藤	トップスピン	成人	更新
		16:30~18:00	斎藤	アンダースピン	成人	更新
		18:00~19:30	井上	シングルスゲーム練習90分	成人	
18日	木	21:30~22:30	木内	シングルスゲーム練習60分	成人	
20日	土	7:30~9:00	斎藤	ひたすらラリー(サーブ)	成人	
21日	日	7:30~9:00	井上	シングルスレッスン(ストローク)	成人	更新
		15:00~16:30	斎藤	バックハンドストローク	成人	更新
		16:30~18:00	斎藤	フォアハンドストローク	成人	更新
		18:00~19:30	井上	シングルスゲーム練習90分	成人	
25日	木	21:30~22:30	木内	シングルスゲーム練習60分	成人	
27日	土	7:30~9:00	斎藤	ひたすらラリー(総合練習)	成人	
28日	日	7:30~9:00	井上	シングルスレッスン(ネットプレー)	成人	更新
		15:00~16:30	斎藤	ライジング	成人	更新
		16:30~18:00	斎藤	ボレー	成人	更新
		18:00~19:30	井上	シングルスゲーム練習90分	成人	