

新企画



マンスリーMake Upプログラム



2月からはマンスリー Make Up プログラムでお楽しみください。



ちょっと変わったテーマレッスンです。

『とりあえずやっとう』の方から『とことんやりこむ』方まで充実の1時間を提供します。

レベル設定ありませんのでどなた様にも参加していただけます。

そしてなんと！世界最高レベルの指導と生情報をビジター様にも提供します。



【2019年2月のプログラム】

時間/曜日	月	火	水	木	土
10:00 ∩ 11:00	徹底強化で武器作り ポレー VS ポレー 担当コーチ:小池	上げてくれればこっちのもの 最強スマッシュ&ポレー 担当コーチ:小池	ストロークに負けたくない！ ネットプレー徹底練習 担当コーチ:川崎	12:30 ∩ 13:30	コーチとガテンコ！ ラリー&ゲーム 担当コーチ:川崎
11:30 ∩ 12:30	ロブなんかで崩されない！ オーバーヘッドテクニック 担当コーチ:小池	ダブルスの王道練習メニュー アプローチ・ポレー・スマッシュ 担当コーチ:小池	ネットマンには負けたくない！ ストローク徹底練習 担当コーチ:川崎	<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> 料金(1回60分) 会員様(回数券)2,160円 会員様(現金払)2,380円 ビジター(現金払)2,480円 </div>	
13:00 ∩ 14:00	基本が一番！数打ち 球出しストローク 担当コーチ:小池	基本が一番！数打ち 球出しポレー 担当コーチ:小池	基本が一番！数打ち 球出しストローク 担当コーチ:F川崎		
20:00 ∩ 21:00	基本が一番！数打ち 球出しストローク 担当コーチ:川崎	平行陣のシンプル強化 THE ミドルポレー 担当コーチ:川崎	ストロークからフィニッシュまで！ アプローチ&ポレー 担当コーチ:小池		

青色はコーチのフィード(球出し)で行います。

黄色はコーチがヒッティングベースで行います。



お申し込みは...河内庭球倶楽部 ☎072-361-1868