

8月のマンスリー^{メイクアップ}Make Upプログラム

時間/曜日	月	火	水	金	土	
10:00 ∩ 11:00	基本が一番！数打ち 球出しストローク 担当コーチ：小池	これで決まる!! ドロップショット (ストローク・ポレー) 担当コーチ：小池	パウンドの伸びに拘って 球出しストローク 担当コーチ：川崎	THE ペーシック 球出しオーバーヘッド 担当コーチ：小池	12:30 ∩ 13:30	コーチとガチンコ！ ラリー&ゲーム 担当コーチ：川崎
11:30 ∩ 12:30		早くて曲がる スライスサーブ 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	滝汗必至 グランドストロークラリー 担当コーチ：小池		
13:00 ∩ 14:00		基本が一番！数打ち 球出しポレー 担当コーチ：小池	プレーの幅をひろげよう！ スライス 担当コーチ：川崎			
20:00 ∩ 21:00		ダブルスのパターンの徹底 アプローチ・ポレー・スマッシュ 担当コーチ：川崎				

回数券がお得♪



料金（1回60分）

※黄色のプログラムは
お一人の場合30分

会員回数券払い 2,160円

会員現金払い 2,380円

ビジター現金払い 2,480円

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。