

4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	木	土	日
10:00 ∩ 11:00				11:00 ∩ 12:00	ダブルスには必須 ネットプレー	11:30 ∩ 12:30 再現力ある決定打！ スマッシュ
11:30 ∩ 12:30	フィニッシュを確実に ポレー&スマッシュ		つながりあるプレーを ポレーVSストローク	12:30 ∩ 13:30	コーチとガチンコ！ ラリー&ゲーム	
13:00 ∩ 14:00		意識&無意識 ネットプレー	こつこつ打ち続ける ストローク 4/6のみ10:00~11:00	15:00 ∩ 16:00	伸びのある ストローク	

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。



料金 (1回60分)

※黄色、赤色のプログラムは
お一人の場合30分

会員回数券払い 2,200円

会員現金払い 2,430円