



マンスリーMake Upプログラム

大好評!

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。
一部を除いてレベル設定ありませんのでどなた様でも参加※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。

※土曜日12:30~のみ上級者限定

メイクアップ

11月のマンスリーMake Upプログラム



時間/曜日	月	火	水	木	土	日
10:00 }				11:00	ダブルスには必須	11:00
11:00				12:00	ネットプレー	12:00
11:30 }	フィニッシュを確実に		つながりあるプレーを	12:30	コーチとガチンコ!	ポイントのフィニッシュを
12:30	ボレー&スマッシュ		ボレーVSストローク	13:30	ラリー&ゲーム	身体で覚える
13:00 }		意識&無意識	しっかり打つ		※上級者限定	ネットプレー
14:00		ネットプレー	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。

check 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
 正会員回数券払い 2,200円
 スクール生現金払い 2,430円

お申し込みは...河内庭球倶楽部 ☎072-361-1868