

2021年10月スタート教室案内



中野区パドルテニス連盟主催の教室です。
コロナウイルス感染拡大等の理由により、変更・中止等の場合は、
ご了承ください。

秋期教室

(月曜 14時30分～16時30分)

10月4・18・25日 11月1・22・29日



初級クラス (池田コーチ)

初級はお一人お一人に合わせた体の使い方や動き方、ボールの打ち方、そして試合のルールやマナーなど、パドルテニスの基本の基を学びます。



中級クラス (大江コーチ)

前半は、ストロークやボレーを、1球でも長く続けて打てるようにラリーの練習をします。
後半は、マットを置いてのコントロール練習やフォーメーションを確認しながら、配球と位置取りを学びます。



実戦クラス (小野田コーチ予定)

テニスのプロコーチがレッスンします。技術、戦術、メンタル面など更なる成長を目指します。

後期月例教室

(月末月曜 19時～21時) ※変更の場合あり

10/25 11/29 12/27 1/31 2/28 3/28



初級クラス (鈴木コーチ)

上達のポイントは、個人個人に合った無理のないフォーム作りです。
ゲームを楽しめる事を目標とします。



基本クラス (北井コーチ)

たくさん球数を打ち、皆さんに何が足りないかをお伝えします。
また、ラリーをすることで気持ちの強さを鍛えられるコースです。



中級・実戦クラス

(宮崎・大久保コーチ)

実際の試合で効率的にポイントを取る為の配球コース、ポジショニング等について、試合形式を交えて練習し、習得を目指します。



状況により、クラス・コーチ変更のお願いを
することがありますのでご了承ください。

