

# ジュニア卓球 R04.01月～03月スケジュール&レッスン内容



## ● スケジュール

R03.12.05作成

学 年	曜 日	時 間	0 1 月	0 2 月	0 3 月	振替・休講
小 学 生 (1～6年生)	水曜日	17:00～18:00	5、19、26	2、9、16、23	2、9、16、23、30	1/12→3/30
		18:00～19:00				
	金曜日	17:00～18:00	7、21、28	4、11、18、25	4、11、18、25	1/14 休講

## ● レッスン内容

学 年	内 容	持 物
小 学 生 (1～3年生)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ボールつき（打球感・正しいグリップの習得）</li> <li>・サーブ練習（正確なトス⇒コースの打ち分け）</li> <li>・球出し練習（フォア・バックのフットワーク）</li> <li>・持続ラリー練習</li> <li>・ゲーム練習（点数の教え方習得）</li> </ul>	ラケット シューズ
小 学 生 (4～6年生)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・サーブ練習（回転・強弱の理解）</li> <li>・フットワーク練習</li> <li>・球出し練習（ブロック・スマッシュ習得）</li> <li>・ラリー練習</li> <li>・ゲーム練習（点数の教え方・ルールの習得）</li> </ul>	飲み物 タオル

## ● 「新型コロナウイルス」感染拡大防止に伴う対応について

- ・見学の際は、2Fの観覧席をご利用ください。お子様をお待ちの際は、1Fロビーをご利用ください。
- ・教室参加前にご自宅にて検温していただき、37.5℃を超える場合のご参加は、ご遠慮ください。  
また、体調が優れない場合も参加をご遠慮ください。
- ・今後の状況によっては、やむを得ず再度教室を休講する場合がございます。変更の際は、運動公園公式ホームページ、「LINE@」、施設掲示などにてご案内させていただきます。



運動公園公式  
ホームページ  
QRコード



運動公園公式  
「LINE@」  
QRコード