

# ジュニア卓球 07月～09月スケジュール&レッスン内容



R05.06.18作成

## ● スケジュール

学 年	曜 日	時 間	7 月	8 月	9 月	振替・休講
小 学 生 (1～6年生)	水曜日	17:00～18:00	5、12、19、26日	2、9、16、23日	6、13、20、27日	
		18:00～19:00				
	金曜日	17:00～18:00	7、14、21日	4、11、18日	1、8、15、22、29日	
		18:00～19:00				

7/28 休講  
8/25 → 9/29 振替

## ● 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（点数の数え方習得）</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（点数の数え方・ルールの習得）</li> </ul>	飲み物 タオル

## ● 感染症等防止に伴う対応について

- ・見学は、メイン競技場2Fの観覧席のみとさせていただきます。
- ・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、又は体調が優れない等は、参加をご遠慮ください。
- ・状況により、やむを得ず教室を休講する場合がございます。

休講等のご連絡はスマートフォンアプリ「LINE@」にて行っております。ご登録を宜しくお願い致します。



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