

ジュニア卓球 10月～12月スケジュール&レッスン内容



R06.08.13作成

● スケジュール

| 学 年 | 曜 日 | 時 間 | 10月 | 11月 | 12月 | 振替・休講 | |
|------------------|-----|-------------|-------------|-------------|-------------|-------|--|
| 小 学 生 (1～6年生) | 水曜日 | 17:00～18:00 | 2、9、16、23日 | 6、13、20、27日 | 4、11、18、25日 | | |
| | | 18:00～19:00 | | | | | |
| | 金曜日 | 17:00～18:00 | 4、11、18、25日 | 8、29日 | 6、13、27日 | | 11/1 → 11/29 振替 11/15、22 休講 12/20 休講 |
| | | 18:00～19:00 | | | | | |

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

● 「LINE@」ご登録について

- ・荒天並びに講師都合の場合等、教室を休講とさせていただく場合があります。休講のご連絡は、スマートフォンアプリ「LINE@」にて配信いたします。運動公園公式「LINE@」QRコードにてアプリのご登録を宜しくお願い致します。また、「LINE@」登録が出来ない方は、お手数ですが施設窓口スタッフまでご連絡ください。



運動公園公式
「LINE@」
QRコード