

卓球 1月～3月スケジュール&レッスン内容

● スケジュール

R07.11.30作成

クラス	曜日	時 間	1月	2月	3月	振替・休講
小 学 生	水曜日	17:00～18:00	7.14.21.28	4.11.18.25	4.11.18.25	
		18:00～19:00				
	金曜日	17:00～18:00	9.16.23.30	6.13.20.27	6.20.27	1/2休講⇒1/30振替 3/13休講
		18:00～19:00				
大 人	木曜日	14:15～15:05	8.15.22	12.19.26	5.12.19.26	1/1休講 1/29休講 2/5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"> ・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