

## ★浜甲子園テニススクール

時間帯	火	土	日
17:00~21:00	17:00~18:25 ST-S1	17:00~18:25 ST-S1 ST-1	17:00~18:25 ST-S1 ST-1
		18:00~19:55 ST-2	18:00~19:55 ST-2
		19:00~20:55 ST-3	19:00~20:55 ST-3

- ★入会金不要!入会時にスポーツ傷害保険料として年間500円/年を頂きます。
- ★クラスレベルは、お申込みの際にご確認下さい。
- ★定員になり次第締め切ります。
- ★振替制度あり。
- ★レッスンスケジュールは、予告なく変更する場合がございます。ご了承ください。
- ★ST-S1クラスは週2回(火と土、または火と日)コースになります。

……アウトドア(砂入り人工芝)

### クラス

クラス	レベル	レッスン時間	回数	定員	金額
ソフトテニス (小学3年生~6年生)	ST-S1	85分	月8回	15名	9,680円
ソフトテニス (小学3年生~一般)	ST-1	85分	月4回	15名	6,000円
ソフトテニス (小学4年生~一般)	ST-2	115分	月4回	15名	9,680円
	ST-3			8名	

(金額は税込)

### 各クラスのレベルと内容

ST-S1	<p>対象生：未経験者、初心者または経験者も可(小学生のみ対象)</p> <p>内容：基本スキルの習得 ウォーミングアップ・グランドストローク・サービス・レシーブ、ポジション別の基本スキルの習得 ラケット縦面・横面指導(ラケットワーク)、体幹の捻転運動、重心移動(ボディワーク)、足の運び(フットワーク) ルール・ゲームの習得から上達の程度に応じて県連盟主催のジュニア(小学生)大会の参加を目指す。 保護者の方で、ソフトテニス経験者であれば、お子様の練習のサポートにも入っていただけます。</p>
ST-1	<p>対象生：未経験者または初心者</p> <p>内容：基本スキルの習得 ウォーミングアップ・グランドストローク・サービス・レシーブ ラケット縦面・横面指導(ラケットワーク)、体幹の捻転運動、重心移動(ボディワーク)、足の運び(フットワーク) ルールの習得とゲーム感覚の習得</p>
ST-2	<p>対象生：経験者(1年以上の経験がある)</p> <p>内容：ポジション別の基本スキルの習得(以下に具体例の一部をあげています。) ストロークプレーヤー、ネットプレーヤー、オールラウンドプレーヤーに対応したスキル練習 レベルストローク・トップストローク・ロビング(中・高)ストローク・ショートストローク ファーストサービス・セカンドサービス、ローボレー・ハイボレー・ポーチボレー・ディフェンスボレー 後退スマッシュ・前進スマッシュ・ジャンピングスマッシュなど ルールの習得とゲーム展開(クロス・逆クロス・左右ストレート)とポジショニングの理解 フォーメーション(平行および雁行)の理解</p>
ST-3	<p>対象生：経験者(1年以上の経験があり、ST2レベルより上位だと判断される受講生)</p> <p>内容：基本スキル習得にプラスして応用スキルの習得とゲーム(以下に具体例の一部をあげています。) ショートルアー→ボレーボレー→ロビングラリー→シュートルアー→ローボレー突っつきラリー→サービスからのラリーなど 左右前後の移動プレー、打球コースや球種の打ち分け等の活用 順回転ボールの扱いから逆回転(カットストローク・カットサービス、ツイストプレー等)ボールの活用など ゲーム展開(クロス・逆クロス・左右ストレート)およびポジショニングの習得 フォーメーション(平行および雁行)の活用など</p>

週2回の新設コース!!