

2018年7月期 ジュニアテーマ

ノアインドアステージ横浜綱島

クラス	J1クラス	J2クラス	J3クラス	J4クラス
目標	基本6ショットを覚えよう	コーチと打ち合いを10回続けよう	サーブが入るようになろう コーチと打ち合いを10回続けよう	試合のルールを覚えよう 試合に勝とう
1週目 7/7(土) ~13(金)	ストローク と ボレー を覚えよう	ストローク と ボレー の練習	ストローク と ボレー の練習	6ショットの練習
2週目 7/14(土) ~20(金)				
3週目 7/21(土) ~27(金)				
4週目 7/28(土) ~8/3(金)	スマッシュ と サーブ を覚えよう	スマッシュ と サーブ の練習	スマッシュ と サーブ の練習	サーブの特訓
5週目 8/4(土) ~10(金)				
6週目 8/11(土) ~17(金)				
7週目 8/18(土)~19(日) 8/28(火)~8/31(金) ※8/21(火)~ 8/24(金)休館日	ストローク と ボレー の復習	6ショットの復習	6ショットの復習	ルールの確認 試合をしよう
8週目 8/25(土)~8/26(日) 9/4(火)~9/7(金)				
9週目 9/1(土)~9/2(日) 9/11(火)~9/14(金)				
10週目 9/8(土)~9/9(日) 9/18(火)~9/21(金)	スマッシュ と サーブ の復習	コーチと打ち合い をしましょう	ルールを覚えて 試合をしよう	サーブから試合 をしましょう
11週目 9/15(土)~16(日) 9/25(火)~9/28(金) ※9/29(土)~ 9/30(日)休館日				
12週目 9/22(土)~9/23(日) 10/2(火)~10/5(金)				