

## 2018年10月期 ジュニアテーマ

### ノ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
<b>目標</b>	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
<b>1週目</b>  10/8(土) ~10/12(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
<b>2週目</b>  10/13(土) ~10/19(金)				
<b>3週目</b>  10/20(土) ~10/26(金)				
<b>4週目</b>  10/27(土) ~11/2(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
<b>5週目</b>  11/3(土) ~11/9(金)				
<b>6週目</b>  11/10(土) ~11/16(金)				
<b>7週目</b>  11/17(土) ~11/23(金)	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
<b>8週目</b>  11/24(土) ~11/30(金)				
<b>9週目</b>  12/1(土) ~12/7(金)				
<b>10週目</b>  12/8(土) ~12/14(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
<b>11週目</b>  12/15(土) ~12/21(金)				
<b>12週目</b>  12/22(土) ~12/28(金)				