

2019年4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
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るよう 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 4/2(火) ~4/7(日)	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
4/9(火)、10(水)休館日				
2週目 4/11(木) ~4/17(水)				
3週目 4/18(木) ~4/24(水)				
4週目 4/25(木) ~5/1(水)	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
5/2(木)、3(金)休館日				
5週目 5/4(土) ~5/10(金)				
6週目 5/11(土) ~5/17(金)				
7週目 5/18(土) ~5/24(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
8週目 5/25(土) ~5/31(金)				
9週目 6/1(土) ~6/7(金)				
10週目 6/8(土) ~6/14(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
11週目 6/15(土) ~6/21(金)				
12週目 6/22(土) ~6/28(金)				