

クラスとレッスン内容

レベル	ボール	レッスン内容
キッズ	レッド	ボールとラケットに慣れながら、楽しく運動します。 コーチと打ち合いができる事を目標にします。
J1	レッド	基本フォームを身につけて子供同士で 打ち合いやゲームもできるように練習します。
J2	オレンジ	テニスの基本ショットを覚え、相手と打ち合いが できるように練習します。ゲームにもチャレンジしていきます。
J3	グリーン	テニスの基本ショットを覚え、相手と打ち合いが できるように練習します。ゲームにもチャレンジしていきます。
J4	イエロー	テニスの基本ショット+応用ショットを使い、攻めること、 守る事を学びます。ゲームに使えるように練習します。
初心者	イエロー	テニスがはじめてな方や部活入りたての方が コーチとラリーが続くように練習します。
初級	イエロー	ラリーを中心に友達同士でラリーができるようになったら初中級へ ゲームが出来るように練習します。
初中級	イエロー	ラリーを中心に友達同士でゲームができるようになったら中級へ 平行陣にも挑戦します。
中級	イエロー	ショットのスピード・コントロールをアップさせて ゲームの駆け引きを覚えます。