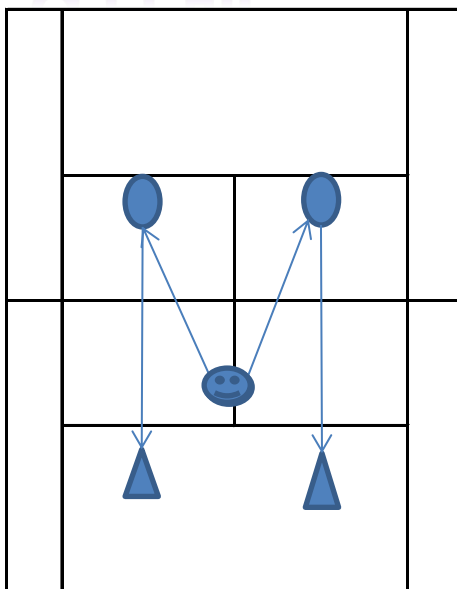


Jrダブルス強化月間

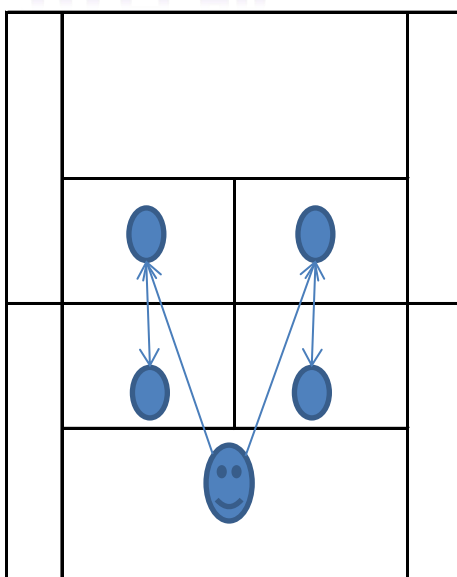
「J3・J4・J5・強化ジュニア」ではダブルスで使える技術をレッスンに取り入れます。毎月決まったテーマを練習して「正しい知識」「正しい技術」を覚えましょう！

9月期



9月期はディフェンスのボレー
相手前衛から攻撃を受けた時
ストレートに返球できるよう
になりましょう！

10月期



10月期はボレーボレー
ダブルスでよく起こりえる状況
素早い構え、ラケットさばきを
覚えましょう！