

2020年4月期 ジュニアレッスンテーマ

クラス	J 1 クラス	J 2 クラス	J 3 クラス	J 4 クラス
目標	基本6ストロークを覚えよう	基本6ストロークを覚えよう	基本6ストロークを覚えよう	基本6ストロークの精度を上げよう
1 週目	ストローク練習	ストローク練習	ストローク練習	ストローク練習
2 週目				
3 週目	ボレー練習	ボレー練習	ボレー練習	ボレー練習
4 週目				
5 週目	スマッシュ サーブ	スマッシュ サーブ	スマッシュ サーブ	スマッシュ サーブ
6 週目	ラリー・ゲームに チャレンジ	ゲームをしよう	ゲームをしよう	ゲームをしよう
7 週目	ストローク練習	ストローク練習	ストローク練習	ストローク練習
8 週目				
9 週目	ボレー練習	ボレー練習	ボレー練習	ボレー練習
10 週目				
11 週目	スマッシュ サーブ	スマッシュ サーブ	スマッシュ サーブ	スマッシュ サーブ
12 週目	ゲームをしよう	ゲームをしよう	ゲームをしよう	ゲームをしよう