

レッスンイベント



秋山コーチの 9月20日(火) 鬼軍曹シリーズ 地獄の定着トレーニング

- ✓ ショットの理解はできたが、定着の練習をしたい方
- ✓ ショット練をする機会が欲しいんだよね
- ✓ ゲーム中にショットを無意識でできるようにしたいな
- ✓ ゲームを余裕を持って取り組みたいな

こんなあなたに朗報です

ショットを定着させるためには、

- ① レッスンでショットの『イメージ』を作る
- ② 地獄の定着トレーニングで、『数』を打つ
- ③ ゲーム展開練習で試してみる
- ④ 改善する
- ⑤ 試合で試す
- ⑥ 改善する

レギュラーレッスンで作ったショットを『定着させる』

これが、このイベントのテーマとなります。

イメージを最大限にパフォーマンス UP させるための『特別ドリル』(運動連鎖,ラケットワーク,体重移動を UP させる)を使い、
『イメージ』を『具体化』させ、『具体的改善策』を知ることができます。

開催日時 2022年9月20日(火)

日時	内容
8:30~10:00	『フォアハンドボレー・ミドルボレートレーニング』 ・ボールへの入り方徹底トレーニング ・スウィングの確認 ・数稽古
10:30~12:00	『両手バックハンドストローク トレーニング』 ・両手バックハンドストロークの基礎動作 ・スウィングの確認 ・数稽古

参加費 1クラス

通常価格	3300円(税込)
スクール生割引価格	2750円(税込)

定員 8名

申込方法 システム、お電話、フロントまでお申込みください。

その他

- ・最小開催人数は、前日17時まで4名様以上で開催します。
- ・キャンセルは、前日17時までとさせていただきます。それ以降は、全額頂戴いたします。ご了承ください。



定着シリーズで
試合で自信を持って
打てるように
なりましょう

スポーツマックスインドアテニススクール

048-737-0303