

場所：荇原 SSC in CHIGASAKI

電話：0467-81-3817

住所：茅ヶ崎市出口町 11-7



世界レベルの選手経験を持つ  
実力派コーチ。  
的確なアドバイスと溢れる愛情  
レッスンが定評

3月

# One Point Lesson

## ワンポイントレッスン

誰にでも苦手なところがある。ここだけを集中して練習したい時がある  
そんなご要望から作られたのがワンポイントレッスン



テニスベアからお申込み

<https://www.tennisbear.net/>

**参加費用：各3,960円（税込）**

途中雨天中止の場合→60分経過時点でレッスン成立→料金全額発生いたします

●キャンセル 各開催日3日前（金）23時まで

※それ以降は参加料を全額頂きます

●レッスン前の体操は各自でお済ませ下さい

●参加者2名以下でも90分を行います

●雨天中止決定はレッスン開始の1時間前です

## 横田コーチ

# ワンポイントレッスンの日程と内容

レッスン時間 90分

料金 金 3,960円 (税込)

※テニスバアでのクレジット決済のみとなります

定員 8名



3月16日 月曜日

12:45~14:15 ストロークドリルとラリー

● 対象レベル 中級



クリックすると申込画面へ移動

● 内容

ドリル練習とラリーでストロークの安定・向上を目指します

14:20~15:50 サーブとサーブ&レシーブ

● 対象レベル 中上級



● 内容

テニスの1st ショットとなるサーブとレシーブを徹底練習します

3月30日 月曜日

12:45~14:15 ボレー基本

● 対象レベル 中級



● 内容

ボレーの基本を徹底練習します

14:20~15:50 ネットプレー

● 対象レベル 中上級



● 内容

ネットプレーでのショット安定・動きを含めた練習をします