

2018年 第3期スクールクラス別カリキュラム一覧表



平成30年5月31日(木)～平成30年8月29日(水) 12週12回

AAA日本プロテニス協会オフィシャルスクールです

週	期間	はじめて(初心者)	F(初級)	M(中級)	S(中上級)	T(上級)
1	5/31(木)～6/6(水)	初級クラスへの入門編 *基本6ストロークの打ち方* 1. フォアハンドストローク 2. バックハンドストローク 3. フォアボレー 4. バックボレー 5. スマッシュ 6. サービス 基本6ストロークをマスター  初級クラスへ	ストローク(基本の確認)	ストローク(フットワーク)	ストローク(フットワーク)	ストローク(フットワーク)
2	6/7(木)～6/13(水)		ストローク(応用編)	ストローク(コース打ち分け)	ストローク(アングル)	ストローク(アングル)
3	6/14(木)～6/20(水)		ボレー(基本の確認)	サーブ(スライス&スピン)	サーブ(スライス&スピン)	サーブ(スライス&スピン)
4	6/21(木)～6/27(水)		ボレー(応用編)	ボレー(ドロップ)	アングルボレー	アングルボレー
5	6/28(木)～7/4(水)		コミュニケーションラリー	ミニプライベート	ミニプライベート	ミニプライベート
6	7/5(木)～7/11(水)		スマッシュ	スマッシュ	スマッシュ	スマッシュ
7	7/12(木)～7/18(水)		ゲーム形式(雁行陣クロス)	アングルボレー	ドロップショット	ドロップショット
8	7/19(木)～7/25(水)		ゲーム形式(雁行陣ストレート)	エアーク	ドライブボレー	ドライブボレー
9	7/26(木)～8/1(水)		ミニプライベート	ミニプライベート	ミニプライベート	ミニプライベート
10	8/2(木)～8/8(水)		サーブ対レシーブ	リクエストラリー	リクエストラリー	リクエストラリー
11	8/9(木)～8/22(水)		サーブ・リターンからダブルス形式	サーブ・リターンからダブルス形式	サーブ・リターンからダブルス形式	サーブ・リターンからダブルス形式
12	8/23(木)～8/29(水)		ゲーム形式	ゲーム大会	ゲーム大会	ゲーム大会

※11週目 8/11(土)～8/17(金)はスクール夏季休暇となります

◇スクールコンセプト 安全管理・公平さ・楽しく上達

◇一週間同じ内容で進行しておりますので、振替をその週で受講されることで計画的に上達することができます。