

2025年 第4期レッスンテーマ

中級:アプローチショット

1	DS フォアハンドストローク
2	AS フォアハンドストローク
3	DS バックハンドストローク
4	AS バックハンドストローク
5	フォアボレー
6	バックボレー
7	サービスダッシュ
8	リターンダッシュ
9	まとめとゲーム

2025年 第4期レッスンテーマ

上級: アングルショット

1	フォアハンドストローク (順クロス)
2	フォアハンドストローク (逆クロス)
3	バックハンドストローク (順クロス)
4	バックハンドストローク (逆クロス)
5	フォアアングルボレー
6	バックアングルボレー
7	DSサービス (スライス ワイド)
8	ASサービス (スピン ワイド)
9	まとめとゲーム