

# 1月

2020（令和2年）

## ゆめをつかめ！

### レッスンテーマ

JR1.2

- ・ラダートレーニング  
敏捷性、神経系トレーニング
- ・リズムコーディネーション  
耳や目からの情報を動きによって表現する
- ・フォームの習得とラリーカの向上とゲーム
- ・前後左右に動かされても返球出来ること、テニスルールにしたがい簡単なゲームが出来るまで

JR3.4

- ・ラダートレーニング  
敏捷性、神経系トレーニング
- ・リズムコーディネーション  
耳や目からの情報を動きによって表現する
- ・フォームの習得とラリーカの向上とゲーム
- ・前後左右に動かされても返球出来ること、テニスルールにしたがい簡単なゲームが出来るまで

JRS

- ・ラダートレーニング  
敏捷性、神経系トレーニング
- ・リズムコーディネーション  
耳や目からの情報を動きによって表現する
- ・サーブ力、ゲーム力向上  
ゲームの始まりであるサーブ力をあげ自分から有利に進めらることを覚えるまで

### 目標



### 保護者さまへお知らせ コーナー

#### ★お振替期限のお知らせ

11月期のレッスンのお振替は、1/31（金）までに消化をお願い致します。

#### ★ストリングキャンペーンのお知らせ期間：2/8（土）～3/15（日）

ストリングは、半年に一度のペースでお張替えをお勧め致します。

ジュニア限定 オリジナルストリング 張代込・税込 ￥3,000-

※事前受付として2/1（土）よりお預かりし翌週にはお渡し可能です。

※詳しくはフロント又は、お近くのスタッフにお尋ねください。

#### ★小学校1年生～2年生 無料体験会開催のお知らせ

日程：1/23（木） 15：00～16：00

#### ★冬の特別企画 2月9日（日）迄 入会金無料！お試し短期レッスン（全4回）

①小学生低学年クラス ￥7,000+税（平日コースのみとなります）

②はじめてクラス（大人） ￥7,000+税（曜日、時間によって金額が異なります）