

基本をしっかり
身に付けたい!

威力のある
攻撃がしたい!

絶好のチャンスを
ミスしてしまう...

有本コーチ

第7回/ そんなあなたに、コツ教えます!

夏のレベルアップ講習会

8月26日 日

大人も!
ジュニアも!!
【講習料】
500円



第6回
の様子



フットワーク練習の様子



構え方など基本の確認



初めてのダブルス体験!



みんなで集合写真!

●講習内容(大人の部・ジュニアの部共通)

講習
1

フォアハンド・バックハンド・ツッツキ

卓球の基本となる打法を練習します。卓球を始めたばかりの方や、未経験だけど興味のある方のご参加をお待ちしております。卓球経験者も今一度基本を見直してみたいという方は、是非ご参加ください!

講習
2

スマッシュ・ドライブ

ラリー中に浮いてきたボールをミスしてしまう、決定打がない、そんな意見をよく聞きます。講習②では正しい体の使い方を覚えて、威力のある安定した攻撃ができるように練習します。勝負所で自信をもって振り切れる一撃を身に付けましょう!

レベルに応じて台を
分けて行います!
初心者の方も
お気軽に
ご参加下さい!



有本
コーチ

●講習スケジュール

大人の部

講習①

9:00 ~ 10:20

講習②

10:40 ~ 12:00

ジュニア(高校生以下)の部

講習①・②

※ジュニアの部は講習①・②を
合わせて行います。

13:00 ~ 15:00

※開場は各講習開始時間の30分前です。受付は開始10分前までをお願いいたします。

講習料

一つの
講習につき

各500円(大人・ジュニア共通)

申込
方法

国際卓球上大岡店または**045-844-2420**にお問い合わせ下さい。
なお、お申し込みは8月25日(土)19:00までとさせていただきます。

講習を受けられた方は、次の講習まで卓球台をご自由にお使いいただけます。
用具のご相談・卓球の技術などで分からない事がございましたら気軽に声掛け下さい。なお、卓球台は数に限りがございます。
人数が多くなった場合、途中で受付を締め切らせていただく場合がございます。予めご了承ください。

