

2024年 第3期 ジュニアスクールクラス別カリキュラム一覧表

令和6年6月29日(土)～令和6年9月27日(金)12週12回

(公社)日本プロテニス協会AAAオフィシャルテニススクールです

週	期間	KD	J1	J2基礎	J2F	J2M	J3	J4
1	6月29日(土)～7月5日(金)	ボールとラケットで遊ぼう	ストロークの安定	6ストロークの基本	6ストロークの基本とラリ練習	ストロークの基本練習		ストローク
2	7月6日(土)～7月12日(金)				フットワークとラリ練習			
3	7月13日(土)～7月19日(金)				バウンドとノーバウンド右側と左側の打ち方	ポレーとスマッシュの認識	フォアハンドストローク	サービスとリターンを取り入れた練習
4	7月20日(土)～7月26日(金)	ダブルスゲームの基本とゲームの進め方						
5	7月27日(土)～8月2日(金)	バックハンドストローク	ポレーとスマッシュの認識	バックハンドストローク				6ストロークの基本とラリ練習
6	8月3日(土)～8月9日(金)				フォアハンドポレー	フットワークとラリ練習		
夏期休講		レッスン夏期休講日 8月10日(土)～8月16日(金)						
7	8月17日(土)～8月23日(金)	ラリに挑戦	サービスの基本	バックハンドポレー	サービスとリターンを取り入れた練習	サービスとリターン		クロスラリ(サービス&ストローク)
8	8月24日(土)～8月30日(金)			スマッシュ	ダブルスゲームの基本とゲームの進め方			
9	8月31日(土)～9月6日(金)			サービス	6ストロークの基本とラリ練習	ダブルスの陣形(雁行陣ポレーヤーの動き)	シングルス(3球目攻撃)	
10	9月7日(土)～9月13日(金)	ポイントと勝ち負け	ゲームを楽しもう	ラリ練習	フットワークとラリ練習	ダブルスの陣形(ストレートパターン)	ダブルス雁行陣の動き&ストレートパターン	
11	9月14日(土)～9月20日(金)			簡単なルールとマナー	サービスとリターンを取り入れた練習	ダブルスの戦術(ポーチポレー)		
12	9月21日(土)～9月27日(金)			ダブルスゲームの基本とゲームの進め方	6ストロークの基本とラリ練習			

◇ 一週間同じ内容で進行しております。振替はなるべく同じ週で受講していただくと計画的に上達することができます。

◇ 【スクールコンセプト】 レッスンにおける優先順位を 安心 安全 公平 楽しく上達と考えております。

