

2024年 第4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9月28日(土)～令和6年12月27日(金)13週13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	9月28日(土)～10月4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ー練習	ストロークの基本練習	ストローク	
2	10月5日(土)～10月11日(金)				フットワークとラリー練習			
3	10月12日(土)～10月18日(金)				サービスとリターンを取り入れた練習			
4	10月19日(土)～10月25日(金)	バウンドとノーバウンド右側と左側の打ち方	ボレーとスマッシュの認識	フォアハンドストローク	ダブルスゲームの基本とゲームの進め方	ボレー・スマッシュの基本練習	ボレー・スマッシュ	
5	10月26日(土)～11月1日(金)			バックハンドストローク	6ストロークの基本とラリー練習			
6	11月2日(土)～11月8日(金)			フォアハンドボレー	フットワークとラリー練習			
7	11月9日(土)～11月15日(金)	ラリーに挑戦	サービスの基本	バックハンドボレー	サービスとリターンを取り入れた練習	サービスの基本と応用	アプローチショット	
8	11月16日(土)～11月22日(金)				ダブルスゲームの基本とゲームの進め方			
9	11月23日(土)～11月29日(金)				スマッシュ			6ストロークの基本とラリー練習
10	11月30日(土)～12月6日(金)	ポイントと勝ち負け	ゲームを楽しもう	ラリー練習	サービス	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)	
11	12月7日(土)～12月13日(金)				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		
12	12月14日(土)～12月20日(金)				ダブルスの戦術(ポーチボレー)	ダブルスの戦術(ポーチボレー)		
13	12月21日(土)～12月27日(金)	ゲームに挑戦	簡単なルールとマナー	ダブルスゲームの基本とゲームの進め方	ダブルスフォーメーション練習	ゲーム大会		

◇ 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。

