

一般クラス対象

7月のテーマ

ラリーを繋げるコツ！！

ジュニアテーマ…「相手の話を聞く」

繋がらないのは、フォームが悪いと思っていませんか？ 全で一撃必殺のフルスイングをしていませんか？

実は、ボール軌道の予測とあなたの判断（決断）がポイントです！！



ボールの深さ・速さ・距離感をバウンドする前に予測する。
態勢が崩れそうな場合は繋ぐ判断をする。



打球時に態勢が整い、1テンポ間を取れる場合は、しっかりと振り抜きましょう。
1球1球毎回判断することで、対応能力を向上させましょう！！

コスモテニスカレッジでは毎月テーマを決め、レベル別にレッスンを行っています。
テーマはW（ホワイト）を除くすべてのレベル共通ですが、レベルにより難易度が異なります。
1～2週目は基本的な内容が中心となり、3～4週目はより高度な内容になります。
テーマが決まっているからといって、レッスン中ずっとテーマばかり行うわけではありません。
テーマを設けることで分かりやすいレッスンを提供する事が目的です。
さあ、奇数月はストローク月間になります。
最終週のレッスンはゲーム中心のレッスンとなります。