



8月20日 AM10:00 受付開始



小梅ちゃん・梅ちゃん・竹ちゃん・松ちゃん



## レディース練習会



試合に必要なパターン練習を繰り返すことで  
苦手なショットを発見し反復練習をすることにより  
欠点を克服し、勝利につなげましょう！！



## 梅ちゃんひらめくクラス

(試合でポイントを取るための練習会・レッスンで習っていることを実戦で)



9月5日 火	16:15 ~ 17:45	サービスリターンの練習&形式
9月12日 火	16:15 ~ 17:45	前衛のポジションを再確認しましょう
9月19日 火	16:15 ~ 17:45	相手に触らせてポイントをとりましょう



## 梅ちゃんクラス

(市民大会C級リーグアップを目指すコース)



9月7日 木	16:15 ~ 17:45	前衛と後衛の動きと形式
9月8日 金	16:15 ~ 17:45	サービスリターンからファーストボレーの練習&形式
9月21日 木	16:15 ~ 17:45	センターに配球してポイントを取りましょう&形式
9月29日 金	16:15 ~ 17:45	前衛の動きやすい配球をしましょう&形式



## 小梅ちゃんクラス

(スクール生B~Dクラスの方対象)



9月1日 金	16:15 ~ 17:45	ポジションの基本を覚えましょう&形式
9月14日 木	16:15 ~ 17:45	後衛の配球を覚えましょう&形式
9月22日 金	16:15 ~ 17:45	ラリー中にロブを使いましょう&形式

参加料 1人 スクール生の方 ¥1,620 (消費税込み)  
1人 一般の方 ¥1,940 (消費税込み)

※開催日の3日前までの時点で4名以下の場合は中止させていただきます。

参加料金は開催までにご入金願います。

キャンセルは7日前までの受付とさせていただきます。



Well スポーツガーデン登美丘

堺市東区(草尾地内) 高松365番1

お申し込み・お問い合わせ: 072-237-0054