

土曜テーマ

1・2 週	10月7日・14日 フォアボレー 動作コントロール
3・4 週	10月21日・(28日休みかも) バックボレー 動作コントロール
5・6 週	11月4日・11日 ボレー 逆クロスに決める
7・8 週	11月18日・25日 1st ボレー チャンスとピンチ

球出し
打ちまくり!

今期のテーマ

ダブルスの
達人に
俺はなる!
(私もなる!)