

あなたはまだ、本物を知らない サーブ

- もう少しスピードを出したい
- もう少しスピンを効かせたい
- スマッシュを安定させたい
- 1st も 2nd も武器にしたい

日時： 11月23日（木祝） 11:15～13:15

担当： 石井 C

コート： 4番コート

対象： フリー

内容： 今までサーブは腕の回旋動作で飛ばすという事をお伝えしてきました。しつこいくらい回旋を推してきたのは、今日この日の為です。回旋で飛ばすサーブに、ある1動作を加えるだけで劇的にパワーアップします。スピードが上がります。回転量が増えます。特に縦回転の-spin系サーブにおいては、スピードと回転両方共大幅アップします。この動作に慣れるとスマッシュがコンパクトになりるのでネットプレーの決定力も爆上がりです。ただ、腕を後ろから前に動かす動作がパワーの源になってる振り回し系スイングの場合、この方法は使えません。その為、レッスン序盤は回旋サーブのおさらいを導入します。その後キーになる1動作の説明をし、フラット系スピードサーブと-spin系縦回転サーブへの導入を行います。必ず効果があります。是非ご参加お待ちしております。

参加費： ¥3,300+税 (¥3,630)

募集人数： 8名 最低開催人数 4名以上（開催日前日 17時まで）

ワールドテニススクール
045-812-1984