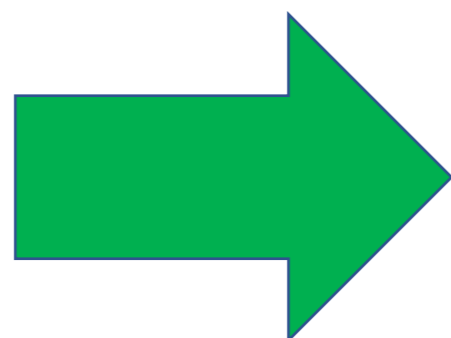


229 期球出し打ちまくりテーマ(日曜)

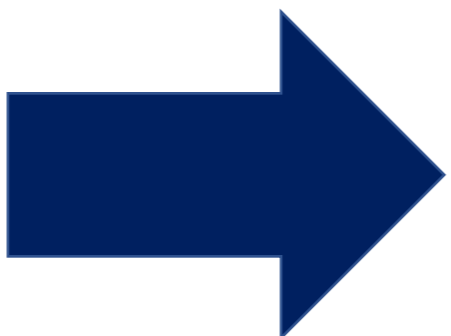
今期は【ストローク強化！(スピーン)】

1,2 週目
11/26・12/3



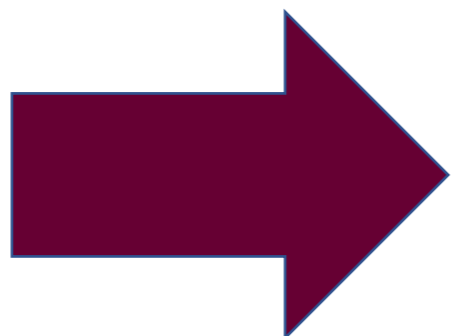
フォアハンド(安定と威力をゲット)

3,4 週目
12/10・12/17



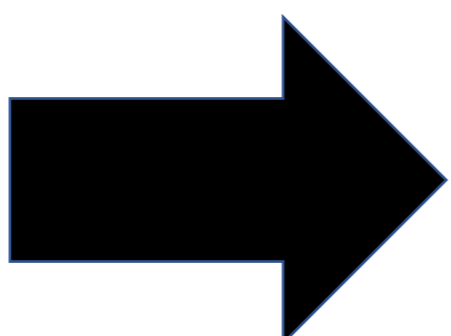
バックハンド(苦手を克服)

5,6 週目
12/24・1/7



アプローチショット(ネットに出る為のショット)

7,8 週目
1/14・1/21



ムーンボール(高い軌道で相手を下げる)