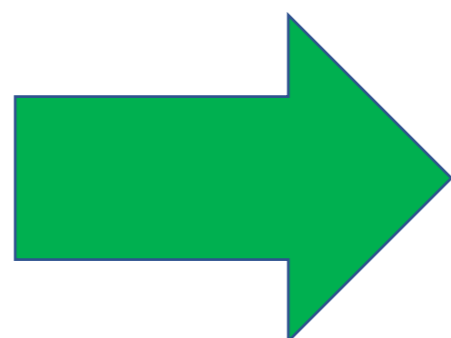


218 期球出し打ちまくりテーマ(日曜)

今期は【苦手を克服バックハンド強化！】

1,2 週目

1/30・2/6

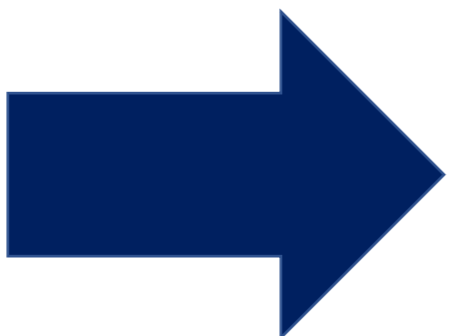


スピ^ン

(回転量を増やして安定させる)

3,4 週目

2/13・2/20

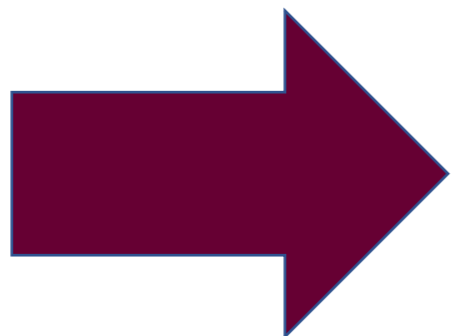


ボ^{レー}

(力の入る打点を理解する)

5,6 週目

2/27・3/6

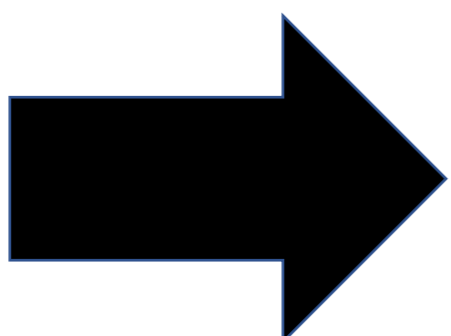


ス^{ライス}

(キしてて伸びていくショット)

7,8 週目

3/13・3/20



スト^{ローク}

(色々なボールを返球してみる)