

学習計画表

朝

講座名

卓球体験

講師名

持増 屯

回	月 日	曜	テーマ	内 容	持ってくるもの	備考
1	11/3	土	卓球体験	基本姿勢と打球法	ラケット シューズ	開講式・オリエンテーション
2	14	火		基本の打球練習		
3	21	火		基本による多球練習		
4	28	火		多球練習 ロング対ロング練習		
5	12/5	火		多球練習 ダブルスについて		
6	12/12	火	↓	多球練習 自由練習		

学習時間

10時～12時

保険料

150円程度

持ってくるもの

筆記用具、運動できる服装、シューズ、ラケット