

●バックハンドが苦手な方は是非

バックハンド練習会

このイベントは、バックハンドを重点的に練習します。

指導内容

- 1 ボールの回転を理解すること。どのように打ったらドライブ(順回転)になるのか?
- 2 力の伝え方(打点への入り方、足の使い方)
- 3 コース(ストレート、クロス)の打ち分け方

このような事でお悩みの子は是非参加下さい

- スライス(横回転や逆回転)がかかってしまう。
- ボールが抑えられず吹っ飛んでしまう。アウトが多い。
- コントロールができない。
- フォアハンドのように思い切ってスイングできない。

テニスはバックハンドももちろん全身運動での打球となります。今回のイベントレッスンでは、徐々に身体の使用部位を増やしていきますのでスイングの流れがわかりやすいかと思います。

例 ラケットワーク→手首からラケットヘッドの動き→肘からラケットヘッドの動き→肩からラケットヘッドの動き→上半身からラケットヘッドの動き→下半身からラケットヘッドの動き といった流れになります。

通常、打球地点から遠い場所(下半身)から運動連鎖を行いますがあえてその逆の順にやりますので徐々に力が伝えられるようになっていくのが体感できると思います。

定員に達し次第締め切りとなりますのでご了承下さい。
お申込み開始日は2月5日(土)9:00~となります。

日にち 2月21日(月)

時間 19:00~21:00

定員 6名

場所 金平コート

●料金 3,300円(税込)

●対象 中学1年生

●申込方法

下記連絡先までメールでお申込み下さい。希望時間を記入の上、お申込みとなります。

✉ メール

winglobal.soft@softbank.ne.jp

☎ 電話(ご相談等)

090-6090-7115(石田)

●申込受付開始日時

2月5日(土)9:00~

先着順となります。定員に達し次第締め切りとなります。

ウインググローバルテニスアカデミー蒲郡

<https://www.winglobal.jp>

TEL 090-6090-7115