

一般クラス対象

7月のテーマ



ロブ

ジュニアテーマ・・・「相手の話を聞く」

場面によって3つのロブを使い分けましょう！



薄めのグリップで下から上へスイングしてボールにあまり回転をつけないロブ



薄めのグリップでボールが跳ね上がったところをボレーと同じ感じでとらえるロブ



厚めのグリップで下から上へスイングして、たくさんスピン回転をかけるロブ

それぞれのロブは攻守ともに使うことができます！

7月のレッスンで3種類のロブでの攻守をマスターしましょう！

コスモテニスカレッジでは毎月テーマを決め、レベル別にレッスンを行っています。テーマはW（ホワイト）を除くすべてのレベル共通ですが、レベルにより難易度が異なります。1～2週目は基本的な内容が中心となり、3～4週目はより高度な内容になります。テーマが決まっているからといって、レッスン中ずっとテーマばかり行うわけではありません。テーマを設けることで分かりやすいレッスンを提供する事が目的です。
最終週のレッスンはゲーム中心のレッスンとなります。