



# 1月のテーマ スライスショット

ジュニアテーマ・・・「相手の話を聞く」



肩を支点にした振り子運動の  
イメージで、曲線的な  
スウィングをしましょう！



曲線的なスウィングの中でボールをとらえることによって、厚い当り・薄い当りを自由自在にコントロールできるようにしましょう！ゲームの中では、相手の短いボールをスライスのアプローチ、ドロップショット・相手の強打に対してのスライスロブ・遠いボールを繋ぐ・低いボールに対してサイドスピンをかける等々様々な場面で使えます。スライスのスウィングをコンパクトにすれば、通常のボレーなので、自然にボレーも上達します！スライスショットの質を上げて、攻守の幅を1ランクアップさせましょう！

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。**