

## 2025 初級中級クラス別講習会実施報告

日時：2025年7月5日(土) 7:30～10:00

会場：多摩平テニスコート 4面（人口芝）

概要：・初級中級クラス別講習会は、

「テニスが楽しい。なにかひとつでも納得がいく。明日もテニスがしたくなる」  
テニス好きを増やすことができればと毎年開催しています。  
今年は16人の参加者+テニス協会からのコーチ陣8人で開催しました。

- ・初心者（初めてテニス）クラスは、テニス初めての人から、経験が浅い人クラス。  
ラケットの持ち方から始まり、動き方、ラケットの振り方を練習。  
気持ちよくボールを飛ばすことができる様になりました！
- ・初級クラスは、ストローク、ボレー、サービスの各種ショットを数打って  
フォームと打点を定着させました！終盤ではコーチ相手にロングラリーに挑戦。  
気持ちのいい汗を流していました。
- ・中級クラスは基本ショットの練習後、参加者同士のラリーでウォームアップが完了！  
その後はテニス協会のメンバーが入って、雁行陣をベースにフォーメーションで  
前衛・後衛の動きを実践の中で練習しました。



参加されたみなさんの集合写

各コート少人数でたくさんボールを打ちました！



ボールをよく見てインパクト！

最後は楽しくゲーム！

