

8月19日
ベアーズ夏休み
イベント

宮下コー子と試合に挑戦

ゲームのやり方を確認しつつ、
ワイワイゲームをやりましょう！

テニスといえばシングルス！
実はダブルスより簡単です👍

ダブルスのゲームを
たくさんやろう！

- ・参加可能レベル はじめて・初級
- ・時間 9:00~10:20(80分)
- ・料金 3,300円/1名 6名迄



シングルスに挑戦

- ・参加可能レベル はじめて・初級
- ・時間 10:30~11:50(80分)
- ・料金 3,300円/1名 6名迄

7月18日サービスエースにて予約開始！

野々垣コーチの特別レッスン

8月19日
ベアーズ夏休み
イベント

テニスの悩みを解消しま
す、なんでも相談に来てく
ださい。

軽くアップをしたらひたすらゲーム
挑戦者求む!

ドクター野々垣診断所

- 初級、中級
- 時間 9:00~10:20(80分)
- 料金 3,300円/1名 6名迄



野々垣コーチ・ 石島コーチとゲーム

参加レベル フリー

- 時間 10:30~11:50(80分)
- 料金 3,300円/1名 6名迄

7月18日サービスエースにて予約開始!

8月19日
ベアーズ夏休み
イベント

鈴木コーチのフットワークレッスン

ストロークオフenseの部

トランスファームーブ、パワームーブ
バランスムーブ、ラウンドステップ
ステップダウン、フロントホップムーブ

- ・参加可能レベル 中級、上級
- ・時間 9:00~10:20(80分)
- ・料金 3,300円/1名 6名迄

ストロークディフェンスの部

モーグルムーブ、ワンフットピボット
ツーフットピボット、バックフットホップ
ロー-spin

- ・参加可能レベル 中級、上級
- ・時間 10:30~11:50(80分)
- ・料金 3,300円/1名 6名迄

普段なんとなくやっている
フットワークにもいろいろ種類があります！
シチュエーションごとに正しい
フットワークをマスターしてレベルアップ！
※脳トレにもなります！



7月18日サービスエースにて予約開始！