

体験レベルのご参考に!

START

YES

NO

硬式テニス経験はありますか?

試合のルールを理解している

3年未満

経験年数はどれくらいですか?

サーブからラリーができる

3年以上

ブランクが1年以上ありますか?

前後左右に動くことができる

雁行陣のポジションを理解している

安定したストロークが打てる

並行陣のポジションを理解している

ローボレー、ハイボレーが安定している

ハーフボレー、ローボレーの打ち分けができる

はじめて
クラス

初級
クラス

初
中級
クラス

中級
クラス