

2022年12月10日 南部屋内庭球場

庭山コーチ

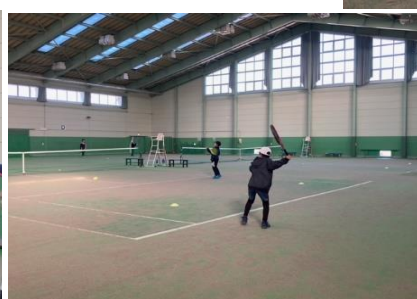
フィジカルトレーニング講習会



フィジカルトレーニングって何？



しっかり真ん中に当てる！



意識して練習

最後はゲームをしました

