

レベルアップ講習会

令和2年1月19日（日）
松本市：南部屋内運動場



受講者とコーチの皆さん



コート別に手出しとラケット出しでフォームやフットワークの確認



午後はボレー、スマッシュ練習を経てゲーム形式で

