



2016年 7月30日 新プログラム体験会

日本代表チームのトレーナーと
コラボした新しい視点のレッスン!

Ken's+



コラボレーション企画

身体の構造をちょっと意識するだけで、 劇的にテニスのプレーが向上する!

フットワークをよくしたい

フットワークを改良して、コート上での動きをよくしたいという方のためのトレーニングを行っています。

怪我に強い体になりたい

怪我をしにくい体を作りたい方のために柔らかく、しなやかな動きの習慣をつけるトレーニングを行っています。

「テニス脳」を作る

実戦の場面で自分の身体を自由自在に操れる、脳力(のうちから)の発達トレーニングを行っています。



TPPが30年に渡り、数多くのアスリートを指導し、積み重ねてきたトレーニングのノウハウを基に、スピード・筋力・柔軟性・スタミナをバランスよく強化することにより、身体のパフォーマンスを向上させながら、ケガや故障をしにくい身体作りを行うクリニックです。テニスに特化した、動き方(フットワーク)・身体の使い方(フィジカル)・考え方(テニス脳)を、コート上で実際に体感しながら、効果的に身に付けていくクリニックです。



TPPトレーニングスタジオ
田中 歩コーチ

【募集要項】

【日時】平成28年7月30日(土)

- ・第1部:テニスの上達する「フットワーク」(Step・男女・年齢問わず) 15:30~17:00
- ・第2部:テニスの上達する「ボディーワーク」(Step・男女・年齢問わず) 17:00~18:30

【場所】Ken'sインドアテニススクール成田

【料金】お一人/¥4,320(税込)

※第1部と第2部を連続で受講の方は、2つ目は¥1,000割引となります。

【申込】第1部:12名定員 第2部:12名定員

先着順とさせていただきます。当スクールフロントまでお申込ください。

電話予約あり TEL:0476-23-3338

テニスが劇的に変わる身体の使い方を指導させていただきます。取れそうで取れなかったボールが、動き方のコツを覚えることで、ラリーが面白くなります。曲がらなかった膝が、重心の落とし方のコツをお教えします。反応力の向上、脳と身体のバランス、目の使い方、そして実際にヒッティングを行い、身体の使い方をその場で試すことが出来るので、ショットやプレーの向上を体感できます!

