

基本練習 + メンタル講座 = 試合に勝つ！

# ジュニア練習会 テニスガーデン高槻

オンコート練習と座学（メンタル講座）を行います

5/2  
(木祝)

料金 9,720円（税込）

定員 各8名（14歳以下・12歳以下）

会場 テニスガーデン高槻（オムニコート）

## ▼おすすめポイント

- ・試合に特化した指導をします
- ・試合になると緊張し、パフォーマンスが落ちるときの対処方法を学びます
- ・メンタルトレーニングを学びます

## 練習内容

### 午前（9時～12時）

ショット練習  
ラリー練習  
ゲームパターン練習

### 午後（13時～17時）

メンタル講座（座学）  
マッチ練習

※ 座学では、緊張とは？ 緊張を利用するには？などを学びます

## ▼担当コーチ

高木翼（たかぎつばさ）コーチ  
日本リーグ出場  
全日本室内出場

山田秀（やまだひで）メンタルトレーナー  
日本メンタリストインストラクター  
日本NLPマスタープラクティショナー