

# ノア・ジュニアチャレンジのご案内

## 【ノア・ジュニアチャレンジBOOKとは・・・】

テニスを通じてチャレンジする事の大切さを学び成功体験を積み重ね、自信を持って物事に取り組むことができることを目的に作成いたしました。『テニスを通じて心身技術双方の成長』をモットーに、レッスンをこなっていきます。お子様にとって充実した時間となりますよう、スタッフ一同最善を尽くしてまいります。

## 【ジュニア・保護者様の声】

### ジュニアの声

・コーチから「成功シール」をもらえるとうれしい！

### 保護者様の声

・レベルアップの目安になります。子どもがレベルアップを目指して一生懸命取り組んでいます。

それが  
こちら！



内容を少しご案内致します！



## 【J1レベル（4～5歳 未就学のお子様）の案内】

※対象年齢はあくまでも目安です。年齢に関わらず技術が伴う場合にはレベルアップの認定をさせていただきます。  
 ※レベル内容によって練習内容が異なる場合があります。  
 ※項目は今後も変更していく可能性があります。予めご了承ください。

年齢グループ	対象年齢（目安）	レッスン内容	使用ボール	ボールの特徴	使用ラケット（目安）	使用コート	定員
J1	就学前～満4歳	スポンジ、レッドボール等を使用して、テニスの基本6ショットの動作につながる運動能力の向上を目指します。ラケット以外の道具も使用してテニスに繋がる楽しいレッスンを行います。	スポンジレッドボール	通常のボールより75%スピードダウン	21インチ	ハーフコート 縦11m 横5m	1コーチ5人（6） 2コーチ11人（12）

成功したらシールをもらおう！

## J1クラス

成功シール		ストローク		ネットプレー		オーバーヘッド	
		フォア	バック	フォア	バック	スマッシュ	サーブ
ストローク	ボレー	1バウンド ハーフコートの距離で		ラケットで交互に ボールタッチ		セットアップから スマッシュ 打ち下ろし	コーチのト スで 2回連続 ネット越え
スマッシュ	サーブ	コーチとのラリーで 3往復繋がる		ボール出して 4回連続タッチ		ボール出して 2回連続 ネット越え	

## 【テニスメモ】

ノアでのテニスで、心身技術双方の成長を！