

SOFT TENNIS CHALLENGE

1度の検定でチャレンジは3回までです。
1回のチャレンジで合格した場合は次の級の検定が受けられます。
1級目指して頑張りましょう！

10級

- ・ラケットの上でバウンド10回
- ・手出しネット越え
(ネット前) 連続5回

9級

- ・地面でバウンド10回
- ・手出しネット越え
(サーブライン) 連続5回

8級

- ・ラケットの上でバウンド10回 (両面交互)
- ・手出しネット越え
(ベースライン) 連続5回

7級

- ・フレームで地面にバウンド10回
- ・ラケット出しネット越え
(サーブライン) 連続5回

6級

- ・フレームでバウンド5回
- ・ラケット出しネット越え
(ベースライン) 連続5回
- ・サーブラケットにボールが当たる
連続5回

5級

- ・ラケットの上でバウンドしながら
股くぐり落とさずに3回
- ・コーチとラリー5往復
- ・サーブが5球中1球入る

4級

- ・ラケットの上でバウンドしながら
逆足股くぐり落とさずに3回
- ・コーチとラリー10往復
- ・サーブが5球中3球入る

3級

- ・ラケットの上でバウンドしながら
落とさずに背面キャッチ3回
- ・友達とラリー3往復
- ・サーブが5球中5球入る

2級

- ・5・4・3級の3連くぐり1回
- ・友達とラリー5往復
- ・サーブが交互のサイドで
4球中2球入る



- ・5・4・3級の3連くぐり
逆手で1回
- ・友達とラリー10往復
- ・サーブが交互のサイドで
4球中4球入る



お名前