

SOLAクラスUPシート

お名前

土浦の卓球教室



クラス	認定項目				判定	
	クラス種別	技術種別	返球方向	回転	回数	合格日
<div style="text-align: center; font-size: 2em; font-weight: bold; color: green; border: 2px solid green; border-radius: 50%; width: 60px; height: 60px; margin: 0 auto; display: flex; align-items: center; justify-content: center;">B</div> <p style="text-align: center; margin-top: 10px;">回転技術の理解</p>	順横回転フォアレシーブ	クロス	対横下回転	連続10回		
	"	"	対横上回転	"		
	順横回転バックレシーブ	"	対横下回転	"		
	"	"	対横上回転	"		
	逆横回転フォアレシーブ	"	対横下回転	"		
	"	"	対横上回転	"		
	逆横回転バックレシーブ	"	対横下回転	"		
	"	"	対横上回転	"		
	バックブロックラリー	"	対ドライブ	連続20回		
	フォアブロックラリー	"	"	"		
	フォアスマッシュ多球	"	対上回転	"		
	回り込みフォアドライブ多球	"	対下回転	"		
	フォアドライブ多球	"	"	"		
	フォアドライブラリー	"	対上回転	"		
	回り込みフォアドライブラリー	"	"	"		
<div style="text-align: center; font-size: 2em; font-weight: bold; color: yellow; border: 2px solid yellow; border-radius: 50%; width: 60px; height: 60px; margin: 0 auto; display: flex; align-items: center; justify-content: center;">C</div> <p style="text-align: center; margin-top: 10px;">基本技術とサーブ</p>	フォア打ちラリー	クロス	上回転	連続100回		
	"	ストレート	"	"		
	バック打ちラリー	クロス	"	"		
	"	ストレート	"	"		
	フォアツツキラリー	クロス	下回転	"		
	"	ストレート	"	"		
	バックツツキラリー	クロス	"	"		
	"	ストレート	"	"		
	下回転ショートサーブ	方向フリー	"	連続10回		
	下回転ロングサーブ	"	"	"		
	横回転ロングサーブ	"	横回転	"		
	横回転ショートサーブ	"	"	"		