

トレーニング テニス攻略

メニュー	レポート
1	連続リターン
2	打ち返したらすぐ次の球に集中する。ボレーは慌てず少し遅めに打つつもりで
3	ねらい打ち
4	バウンドをよく見てテイクバックしてタイミングを合わせると合わせやすい