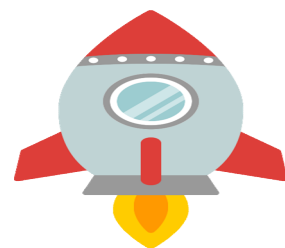


## 自分ほどのクラスに参加したらいいの??

### 【スタートアップクラス】 初心者～初級レベル

目的：バレーボールの基本プレーをマスターする。ルールを理解する。

対象：バレーボール初心者（バレー歴未経験～半年程度の小・中学生）  
パスが続かない、サーブがネットを越えない



### 【スタンダードクラス】 初級～中級レベル

目的：正確なパス、安定したサーブ、ボールコントロールの向上を目的とし、  
周囲との差をつける。

対象：バレー歴半年～2年程度。小学生チームに所属しておりもっと練習したい！  
もっと上達したい！と思っている子。小学生チームに所属していたが、  
事情があって辞めてしまい、でもバレーボールは続けたい子など。  
学校に部活動がない中学生。



### 【パヤパヤ倶楽部】（中・上級クラス）※継続が基本です

目的：正確なパス、安定したサーブ、ボールコントロールの  
向上を目的とし、より高い技術を身に付ける

対象：バレー歴1年以上程度で基本プレーができる  
（パスが続く、サーブが安定してネットを越える）小・中学生。



### 【JOCクラス】※継続が基本です

目的：近代バレーの考え方に触れながら、より高い技術を身に付け、  
JOC府県代表チームメンバー入りを目指す

対象：全国都道府県対抗バレーボール大会  
府県代表選抜チーム入りを目指す中学1～3年生。  
またはそれに準ずる技術を備えている中学生以上。



### 【平日練習会】

目的：サーブレシーブやスパイクのコース打ちを中心に、  
たくさんボールに触って反復練習したい方

対象：バレー歴1年以上。基本プレーができる方  
（小・中・高生、大学生、社会人、ママさんなど）

