

第4期スクール時間割 受講期間 7月3日(土)～8月29日(日)

時間帯	月	火	水	木	金	時間帯	土	日
A 9:30 ~11:00	定 休 日	S1 中川	S2 中川	S2 中川	設備メンテナンス の為、16:00 から営業します。	H 9:00 ~10:30	S2 鈴木 & 中川	S1 中川
		S2 鈴木	TEC 鈴木	BA(60分)			S3 鈴木	
B 11:15 ~12:45		BA(60分)	S1 鈴木	S1 中川		I 10:45 ~12:15	S1 中川	S2 鈴木 & 中川
		S3 鈴木	S3 中川	TEC 鈴木			S3 鈴木	
C 13:30 ~15:00		レンタルコート	レンタルコート	レンタルコート		J 12:30 ~14:00	プレイヤー 自主練習	BA(60分) 渡辺
		S2 中川	S2 中川	TENNIS WEB レディース(2面) 13:30~15:30 定員14名 予約制			レンタルコート	S1 中川
D 16:20 ~17:35		レンタルコート	レンタルコート	レンタルコート		K 14:15 ~15:30	ジュニア 75分レッスン 中森	ジュニア 75分レッスン 渡辺
		キッズ 60分レッスン 鈴木	キッズ 60分レッスン 中川	キッズ 60分レッスン			TENNIS WEB レギュラー(1面) 14:00~17:00 定員8名 予約制	プレイヤー 自主練習
E 17:45 ~19:15		ジュニア 75分レッスン 藤木	ジュニア 75分レッスン 藤木	ジュニア 75分レッスン 鈴木		L 15:45 ~17:00	ジュニア 75分レッスン 中森	振替は担当コーチ 名入りのクラスで お取りください。
		プレイヤー 鈴木 & 藤木	プレイヤー 鈴木	プレイヤー 中川			プレイヤー 鈴木	
F 19:30 ~21:00		BA(60分) 藤木	S1 藤木	S2 中森		M 17:15 ~18:45	プレイヤー 鈴木	時間帯によっては 表記以外にも新規 開講できる場合が ございますので、 ご希望の方はご相 談ください。
		TENNIS WEB マスターズ(1~2面) 20:00~22:00 定員10名 予約制	S2 渡辺	S3 中川			S1 藤木	
G 21:10 ~22:40			S1 渡辺	S3 鈴木		N 19:00 ~20:30	S2 中川	クラス定員数(1面の場合) 一般 コーチ1人/7名 コーチ2人/12名 ジュニア コーチ1人/8名 コーチ2人/14名 振替枠 コーチ1人/1名 コーチ2人/2名
			S2 鈴木	部活 中森			S3 鈴木 & 中川	

クラス編成・担当コーチを予告無く変更する場合があります。 1クラス3名以下の場合にはクラス移動をお願いするか、もしくは60分レッスンになりますのでご了承ください。
BAクラスは全て60分レッスンです。

8月14日(土)・15日(日)は夏季休業とさせていただきます。

レギュラークラスの内容・対象レベル

- ベーシック(BA)** 初めてラケットを握る方や、基礎からもう一度やり直したい方を対象に、ラケットの握り方から基本フォームを覚えます。(60分レッスン)
- ステージ1(S1)** 少し経験がある方を対象に、正しいフォームでラリーができるように基礎を習得します。又、簡単な雁行陣を用いたダブルスができることを目標とします。
- ステージ2(S2)** 『ラリーはできるけど...』という方を対象に、反復・応用練習を繰り返しながら全てのショットを活用して、バランス良くゲームができる事を目指します。又、雁行陣を用いたダブルスを完成させ、徐々に並行陣を導入します。
- ステージ3(S3)** ラリー中にボールコントロールができる方を対象に、並行陣をベースにしたダブルスにおいてより実践的なプレーを目指します。
- 部活応援クラス(部活)** 学校の部活で頑張る中学・高校生を対象に、専用カリキュラムを行います。主にシングルのレベルアップを目指します。
- テクニカル(TEC)** 初中級以上の方を対象に【美しく勝つ】事を目指します。試合にチャレンジを重ね、経験を得たからこそ感じる伸び悩みを解消します。ボール出しや基礎練習としてのラリーを徹底して行い、身に付いてしまった悪いクセの改善、更なる技術の向上を図ります。特に、複数受講の2クラス目としては最適です。

ジュニアクラスの内容・対象レベル

- キッズ** 5~9歳を対象に、スポンジボール等、専用の機材を使用して、コーディネーション能力等の基礎となる運動能力を開発します。まずはテニスの楽しさを覚えましょう!
- ジュニア** 8~14歳を対象に、通常のボールを使い、テニスを楽しみながら将来の可能性を広げる為の基礎をしっかりと身に付けます。対外試合にも挑戦して行きます。
- プレイヤー** トーナメントで活躍する為の技術、戦略、メンタル等を身に付け、県内上位から全日本レベルの大会出場を目指します。コーチ陣の推薦を受けた18歳以下の選手が対象となります。

TENNIS WEB の内容・対象レベル

- レギュラー** 毎週土曜日 14:00~17:00 3時間/1面
対象:ダブルスのゲームが出来る方 内容:簡単なアップをした後、たくさんゲームをします。 定員:8名
参加料:ビジター 2625円 スクール生 2100円 (ボール代・飲み物代を含みます)
- マスターズ** 毎週火曜日 20:00~22:00 2時間 スタートから30分は1面、その後の90分は2面
対象:上級者(スクールにおける上級者以上) 内容:ラリーでしっかり打ち合った後、ゲームをします。 定員:10名
参加料:ビジター 3150円 スクール生 2625円 (ボール代・飲み物代を含みます)
- レディース** 毎週木曜日 13:30~15:30 2時間/2面
対象:スクールにおける中級以上の女性限定 内容:ラリーや形式練習をした後、ゲームをします。 定員:14名
参加料:ビジター 2625円 スクール生 2100円 (ボール代・飲み物代を含みます)