

4月期 スクール時間割 (阿部コーチ育休中)

2025年4月1日(火)~4月28日(月)

		月	火	水	木	金			土	日	
平日 デ イ タ イ ム	1	10:00 11:30	シニア 中川 初中 信田	シニア 本田 初/初中 横澤 中/上 佐々木	初/初中 阿部⇒ 信田 中級 佐々木 上級 中川	シニア 中川 初/初中 横澤	ジュ ニ ア	9:00 10:30	J1 J2 信田 J3 J4 中川⇒ 横澤 J5 J6 阿部⇒ 中川	J1 J2 信田横澤 J3 J4 阿部⇒ 中川 J5 J6 中村	
	2	11:40 13:10	入門 横澤 初級 信田 初中/中 中川	シニア 信田 初中級 佐々木 中/上 阿部⇒ 本田	DG中/上 佐々木 基本球出 信田 入門 休講	初中級 阿部⇒ 横澤 中/上 休講		1	10:40 12:10	初中 信田 中級 佐々木⇒ 本田 上級 中川⇒ 佐々木	初/初中 阿部⇒ 佐々木 中級 本田 上級 中川
	3	13:20 14:50	初/初中 本田 中/上 佐々木	初/初中 信田 入門 横澤	初/初中 阿部⇒ 中川 PL13:20 休講 PL14:10 休講	初/初中 休講 中級 中川		2	12:20 13:50	初級 佐々木 初中級 本田 中級 阿部⇒ 中川	入門 横澤 初中級 本田 中/上 信田
ジュ ニ ア	4	15:50 16:50	J1 J2 横澤			J1 J2 横澤	3	14:00 15:30	入門 横澤 中/上 中川	初級 横澤 初中級 阿部⇒ 佐々木 DG中/上 中川	
	5	17:00 18:30	J3 J4 横澤 J5 J6 佐々木	J3 J4 信田 J5 J6 佐々木	J3 J4 信田 J5 J6 中川	J3 J4 横澤 J5 J6 佐々木	4	15:40 17:10	初級 阿部⇒ 本田 初中級 信田 上級 佐々木	初中級 信田 中級 阿部⇒ 中川 上級 中川⇒ 佐々木	
平日 ナ イ タ ー	6	18:40 20:10	初中 中川⇒ 信田 中級 信田 (初中合同) ソフトテニス 飯塚	初/初中 阿部⇒ 中川 中級 佐々木 J8 中村	初中級 阿部⇒ 本田 中級 信田 J7 中村	中級 中川 (中上合同) 上級 阿部⇒ 中川 J8 中村	5	17:20 18:50	初中級 阿部⇒ 横澤 中/上 佐々木 ソフトテニス 飯塚		
	7	20:20 21:50	初級 信田 初中 中川⇒ 佐々木 中級 佐々木 (初中合同)	入門 横澤 初/初中 信田 中級 阿部⇒ 中川	中/上 中川	初中/中 阿部⇒ 中川 上級 佐々木	6	19:00 20:30	基本球出 信田 SG 中川 ソフトテニス 飯塚		

... 阿部コーチ育休変更クラス
 ... 休講

一般スクール クラスのご案内

クラス	対象	レッスン内容	時間	定員
入門	・中学生以上のテニスが初めての方 ・普段あまり運動をされていない方 ・数回経験はあるが習ったことのない方	・ラケットの握り方から各ショットの基本 ・テニス用語、簡単なルール、マナー等を 楽しく指導します	60分	6名
初級	・多少経験はあるが基本からゆっくりと 学びたいという方 ・お友達同士でストロークラリーが続く方	・各ショットの基本の習得 ・生徒同士でラリー、雁行陣でのゲーム を理解していくことを目指します	90分	8名
初中級	・各ショットの基本がある程度身に付いて いる方 ・ボールのスピードに対応できる方	・各ショットのレベルアップ ・雁行陣での配球や動きを方を習得し、 平行陣にチャレンジします	90分	8名
中級	・ネットプレーでの動き方を理解しており ボールコントロールのできる方 ・他のスクールで中～上級程度の方 <small>※体験は中級までとさせていただきます。</small>	・平行陣を中心としたフォーメーションや 配球を実践できることを目指します。	90分	8名
上級	・各ショットをしっかりコントロールでき、 ダブルスにおける攻守を理解し、 一通り実践できる方	・ゲームで勝つために必要な技術を習得し 実践で取り入れていくことを目指します	90分	8名
シニア	・65歳以上のテニス経験のある方	・各ショットの基本練習 ・ゆっくり、のんびりとゲームを楽しみます ・60分のレッスン後、30分コートをフリー で利用できます	60分	8名
ダブルス ゲーム DG	・ダブルスのゲーム・実践練習を たくさんしたい方	・ダブルスのゲームを中心としたレッスン ・2名以下の場合はダブルスに必要な ショットの基本練習になります	90分	6名
シングルス ゲーム SG	・シングルのゲーム・実践練習を したい方 対象:初級～上級	・シングルスに必要なショットや展開練習 ・ゲーム練習	90分	6名
基本球出し	・基礎練習をたくさんしたい方 対象:初級～上級	・各ショットの基本練習 ・ゲーム練習などはありません	90分	6名
プライベート レッスン PL	・基礎をじっくり習いたい ・インストラクターとたくさん打ち合いたい ・家族や友人とプライベート空間でテニス をしたい方	・マンツーマン、またはグループでの 個別レッスンです <small>※スクール料金とは別途となります</small>	要相談	-

- ・お客様のレベル、受講可能クラスはインストラクターが判断させていただきます
- ・クラスアップは担当のインストラクターの認定が必要です
- ・受講されているクラスより上のクラスで補講を受ける場合は担当インストラクターの承諾が必要です
- ・料金の違うクラスで補講を受ける場合は、振替費が発生します
- ・都合によりコーチ変更、クラス合同、休講になる場合がございます
- ・一般90分クラスで生徒が1名様の場合は、60分レッスンとさせていただきます
または他のクラスと合同とさせていただきます

ジュニアスクール クラスのご案内

クラス	対象	ボール	時間	レッスン内容
J1	5才～小2 初級者	オレンジ	60分	・テニスの楽しさを伝え、運動が楽しいと感じてもらえるようにします ・ボールのパウンド、ラケットの操作に慣れ、運動能力の基礎を 作ります ・集団行動を学び、挨拶や返事、並ぶ、待つ、目を見て話を聞くことが 出来るように指導します
J2	5才～小2 J1からの昇級者	オレンジ	60分	・様々なバウンドへの対応、俊敏性を主とした運動能力向上を 目指します ・セルフラリー、コーチとの簡単なラリーが出来るように指導します ・ルールの理解、集団行動での礼儀・協調性を育てていきます
J3	小3～小6 初級者	グリーン	90分	・様々なバウンドへの対応、俊敏性を主とした運動能力向上を 目指します ・セルフラリー、コーチとの簡単なラリーが出来るように指導します ・ルールの理解、集団行動での礼儀・協調性を育てていきます
J4	小3～小6 J3からの昇級者	グリーン	90分	・各ショットの基本動作を理解し、ラリーが続けられるように指導します ・ルールやマナーの理解を深め、ゲームが進められるようになることを 目標にします ・自分自身で考え、判断、行動出来る心を育てていきます
J5	小4～中学生 中学生の初級者 J4からの昇級者	イエロー	90分	・各ショットの基本動作を習得し、生徒同士でラリーが続けられるよう に指導します ・セルフジャッジでゲームが出来るようになることを目標にします ・自分の意見を主張する心を育てていきます
J6	小4～中学生 J5からの昇級者	イエロー	90分	・各ショットの基本、フットワーク技術を磨き、動きのあるプレーが できるように指導します ・試合に出場し、自分自身で目標を立てて行動することが出来るよう になることを目指します
J7	中学生・高校生 初級～初中級	イエロー	90分	・各ショットの基本、フットワーク技術を磨き、動きのあるプレーが できるように指導します ・試合に出場し、自分自身で目標を立てて行動することが出来るよう になることを目指します
J8	中学生・高校生 中級以上	イエロー	90分	・各ショットの安定と精度を高め、ゲームの組み立て、攻守に適した 判断が出来るように指導します ・競技としてテニスに取り組み、試合で勝つことを目指します
ソフトテ ニス	中学生・高校生	ソフト テニス	90分	・ストローク、ボレー、サーブ、スマッシュ ポジショニングなどの基本練習

- ★定員はインストラクターの人数、コート面数など曜日や都合により変動がございます
基本的にはインストラクター1名、コート1面で最大10名(J1・J2クラスは8名)で行います
- ★クラス分け、クラスアップの定義について
テニスは他のスポーツよりも、様々な要素が絡む複雑なスポーツです。これが出来たから次の段階、という判断
がしづらいです。お客様の練習に取り組む姿勢や精神面、コミュニケーション力、体格、運動能力、技術など
様々な面を総合的に見てインストラクターが判断します
- ★定期的にスキルテストを行い、クラスアップのあるお子様は3月・6月・9月・12月にお知らせします