

223期 12.1月スクールスケジュール表

月	火		水	木		金		土		日					
9:15															
9:30											Jr0	Jr0			
10:15											菅村	藤田	谷山		
10:30															
11:00	初級	中級	上級		初級	中級		初級	中級	上級		初級	中級	上級	
11:30	甲斐	菅村	辻		林	徳永		甲斐	中島	徳永		辻	菅村		
12:00	初心者				初心者			初心者							
12:30	菅村				徳永			徳永							
13:00															
13:30									上級	中級					
14:00									辻	菅村					
14:30															
15:00									Jr1		A2				
15:30									中島						
16:00				会員					Jr1	A5		会員			
16:30									中島	辻	中村				
17:00				A5	徳永				A5		A4		菅村		
17:30	Jr0		辻・中村	Jr1		辻・中村		Jr1	辻・中村	Jr1	徳永	A1	V高1	V高2	
18:00	菅村		A3	A2	高木		A4	A2	高木	A3					
18:30	Jr1				Jr1				Jr0	菅村			高木	菅村	
19:00	菅村		徳永		高木				徳永	A3			辻	初級	中級
19:30	初級	中級	上級	中村	初級	中級		中村	U高1	中級	上級				
20:00	谷山	徳永	菅村	A1	菅村	平岡		菅村	A1				高木	菅村	
20:30	林	QZ高2	中級	辻	RZ高2	中級	上級			島本	高木	徳永			
21:00	初心者								初心者	初級	中級				
21:30	林				平岡	林	菅村		徳永						
22:00		谷山	徳永							高木	島本				

- 初心者** 初めてテニスをする方、グラウンドストロークを中心に
 - 初級** グラウンドストロークを中心に、雁行陣ダブルスのゲームまで
 - 中級** ポレー対グラウンドストロークを中心に、雁行陣から並行陣へのダブルス
 - 上級** すべてのショット、サーブ&ポレーからのダブルス
-
- 高1** 高校生初級、基本練習とフットワークを中心にラリーの安定、シングルスとダブルス
 - 高2** 高校生中級、回転とスピードでより安定するように、シングルスとダブルス
-
- Jr0** ボールに慣れる。フォームを習得しラリーができるまで。
 - Jr1** ゲームを楽しむ。すべてのショットをゲームの中で出せるように。
 - A5** 初心者テニスを最初の段階から競技として考える
 - A4** 試合に出場する。色々なショットを学び試合で発揮出来るように。
 - A3** 大会で上位を目指す。心技体を考え自分に足りないところを鍛え成長できるように。
 - A2** 地域大会で上位を目指す。3セットマッチを戦えるよう考え工夫する。
 - A1** 自分のカテゴリーで上位を目指す。どのような選手でも対応できるように考えを工夫する。
 - 会員** 会員レッスン