

## 241期 12・1月スクールスケジュール表

**※12/29(月)～1/4(日)は全てのレッスンお休みとなります**

|       | 月曜日 | 火曜日 | 木曜日  | 金曜日 | 土曜日  | 日曜日   |
|-------|-----|-----|------|-----|------|-------|
| 9:30  |     |     |      |     |      |       |
| 10:00 | 初級  |     | 中級   |     | オレンジ | オレンジ  |
| 10:30 | 上級  |     | 上級   |     | 初心   | グリーン  |
| 11:00 |     |     |      |     |      |       |
| 11:10 |     |     |      |     |      |       |
| 11:40 | 中級  |     | 初級   |     | 中級   | 初級    |
| 12:10 |     |     |      |     | 上級   | 中級    |
| 12:40 |     |     |      |     |      |       |
| 13:00 |     |     |      |     |      |       |
| 13:30 |     |     |      |     | 上級   | 上級    |
| 14:00 |     |     |      |     | 中級   |       |
| 14:30 |     |     |      |     |      |       |
| 15:00 |     | 会員  |      |     | A2   |       |
| 15:30 |     |     |      |     | イエロー | 会員    |
| 16:00 |     |     |      |     |      |       |
| 16:30 |     |     |      |     |      |       |
| 17:00 |     |     | グリーン |     | A4   |       |
| 17:30 | A5  | A5  |      | A5  | グリーン | 高2 高1 |
| 18:00 | A2  | A2  | イエロー | A2  | A1   |       |
| 18:30 | A3  | A4  | A4   | A4  | イエロー |       |
| 19:00 | 中級  | A3  | 中級   | A3  | 高1   | 中級    |
| 19:30 | 上級  | 初級  | 上級   | 初級  | 初級   | 初級    |
| 20:00 |     | 中級  |      | 中級  | 上級   |       |
| 20:30 | A1  | A1  | 初級   | A1  | 初心   |       |
| 21:00 | 高2  | 高2  |      | 高1  | 中級   |       |
| 21:30 |     |     |      |     |      |       |
| 22:00 |     |     |      |     |      |       |

### 一般クラス

|    |                                      |
|----|--------------------------------------|
| 初心 | テニス未経験者を対象とし、フォアハンドストロークの基本を中心に指導する。 |
| 初級 | 初心者クラス修了者を対象とし、グランドストロークの習得を中心に指導する。 |
| 中級 | グランドストローク、ボレー、サーブのコントロールを中心に指導する。    |
| 上級 | 実戦形式とネットプレーを中心に、応用力を高める指導を行う。        |

### 高校生クラス

|     |                                                         |
|-----|---------------------------------------------------------|
| 高校1 | 高校生初級：基本練習とフットワークを中心に、ラリーの安定を図り、シングルスおよびダブルスの基礎を習得する。   |
| 高校2 | 高校生中級：回転とスピードを高め、安定したプレーを目指し、シングルスおよびダブルスに対応できる技術を育成する。 |

### ジュニアクラス

|      |                                       |
|------|---------------------------------------|
| オレンジ | オレンジボールを使用した入門クラスで、楽しく基礎を学ぶことを目的とする。  |
| グリーン | グリーンボールを使用して基本練習を行い、ステップアップを図るクラスとする。 |
| イエロー | イエローボールを使用し、実戦に向けた基本練習を行うクラスとする。      |

### アカデミッククラス

|    |                                                       |
|----|-------------------------------------------------------|
| A5 | テニスを初心者段階から競技スポーツとして捉え、基礎から試合へのつながりを意識して指導するクラスとする。   |
| A4 | 大会への出場を目指す受講者を対象とし、多様なショットの習得および試合での実践的活用を指導するクラスとする。 |
| A3 | 大会での上位進出を目指し、心・技・体のバランスを重視しながら、各自の課題に取り組み成長を促すクラスとする。 |
| A2 | 地域大会での上位入賞を目指し、3セットマッチを想定した戦術構築と体力強化を行うクラスとする。        |
| A1 | 所属カテゴリーでの最上位を目指し、どのようなタイプの選手にも対応可能な思考力・応用力を鍛えるクラスとする。 |

### 会員レッスン

|    |          |
|----|----------|
| 会員 | 会員専用レッスン |
|----|----------|

第241期スクール日程表

| 曜日 | クラス                          | 時間                                       | 1     | 2     | 3     | 4     | 5     | 6     | 7     | 8    |
|----|------------------------------|------------------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|------|
| 日  | 12<br>3<br>高12<br>12         | 10:30<br>13:00<br>17:00<br>18:30         | 11/16 | 11/23 | 11/30 | 12/7  | 12/14 | 12/21 | 12/28 | 1/11 |
| 月  | 13<br>2<br>23<br>2高2         | 9:30<br>11:10<br>19:00<br>20:30          | 11/17 | 11/24 | 12/1  | 12/8  | 12/15 | 12/22 | 1/5   | 1/12 |
| 火  | 12<br>3高2                    | 19:00<br>20:30                           | 11/18 | 11/25 | 12/2  | 12/9  | 12/16 | 12/23 | 1/6   | 1/13 |
| 木  | 23<br>1<br>23<br>1           | 9:30<br>11:10<br>19:00<br>20:30          | 11/20 | 11/27 | 12/4  | 12/11 | 12/18 | 12/25 | 1/8   | 1/15 |
| 金  | 13<br>2<br>12<br>高12         | 9:30<br>11:10<br>19:00<br>20:30          | 11/21 | 11/28 | 12/5  | 12/12 | 12/19 | 12/26 | 1/9   | 1/16 |
| 土  | 0<br>23<br>23<br>13高1<br>0 2 | 9:15<br>10:30<br>13:00<br>19:00<br>20:30 | 11/22 | 11/29 | 12/6  | 12/13 | 12/20 | 12/27 | 1/10  | 1/17 |

**\*12/29～1/4までは年末年始によるレッスン休業となります。**

※ 塗つぶしの枠については大会開催予定のため、太枠につきましては各大会予備日等の為ハードコートで行う可能性があります。(太枠は大会が雨天等で予備日にずれた場合のみ)その他、当日・前日の雨天等でオムニが使えない状況の場合は予告無しにハードコートで行う事もございます。ご了承ください。

- No.0 (初心者) …初めてテニスをする人。フォアハンドストロークを中心に。  
目標…上手な人とならば少しラリーが続けられる。
- No.1 (初級) …初心者クラスを終了した人。グランドストロークを中心に。  
目標…フォアハンドストロークにおいてはスピードの加減ができ、ラリーが安定する。
- No.2 (中級) …グランドストローク、ボレー、サーブのコントロールを中心に。  
目標…ある程度のスピードボールを打たれてもボレー対ストロークが安定するように。
- No.3 (上級) …実戦的練習とネットプレーを中心に。  
目標…アプローチショット&ボレー、サーブ&ボレーが安定するように。

- \* レッソンは1時間30分です。(2名以下の場合と初心者クラスは1時間となります。)
- \* **レッスンの都合上(安全面他) ご連絡無しに30分以上遅刻された方は受講出来ません。**
- \* 雨天時の中止の決定は、スクールの始まる30分前となります。電話かホームページでご確認ください。
- \* 途中雨天の際は2/3時間出来た場合、1回成立とします。
- \* 雨天で消化出来なかったレッスンは出来る限り同じ学期での振替受講をお願いいたします。
- \* やむを得ず欠席するレッスンは、振替受講ができます。必ず事前にお伝え下さい。  
※平日の昼→土日orナイターへの振替料は¥400頂戴しております。  
無断欠席の振替受講は出来ません。
- \* 8回受講後の方はフリーレッスン(有料)として受講できます。  
※1レッスンあたり¥1,640(土日・ナイターは¥1,850)をフロントにてお支払い下さい。  
フリーレッスンを受講される方は事前に予約をお願い致します。
- \* **途中退会はできません。**  
**休会・退会される場合は必ず期末の10日までにフロントまでお申し出下さい。**
- \* ビジターでプレーされる場合、割引があります。

クラスの変更・休会・退会につきましては、別紙にてご連絡頂きますようお願いいたします。  
尚、上記にも記載がありますように、変更等ある場合は**期末の10日までに**フロントまでご提出下さい。  
**期限を過ぎてからのご提出につきましては、返金等致しませんのでご了承下さい。**  
ご不明な点等ございましたら、担当コーチ・またはフロントまでお尋ね下さい。  
よろしくお願いいたします。