

# 第73期タイムスケジュール

第73期 7月31日～10月1日 9週制

曜日 コート	月			火			水			木			金
	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	
9:30	初級	初中級	中級	初中級	中級	中上級	初中級	中級		初級	初中級	中級	休館日
	白戸	和田	松隈	和田	賀来	平田	本田	和田		松隈	平田	和田	
10:50													
10:55		初中級	中上級	はじめて	初中級	中級	初級	初中級	中級		初中級	中級	
		福原	白戸	平田	賀来	辻松	灘谷	和田	本田		松隈	平田	
12:15													
12:20	初級	初中級	中級		中級	中上級	初級	初中級		初中級		中上級	
	松隈	福原	白戸		福田	辻松	和田	灘谷		和田		平田	
13:40							はじめて						
13:45	初級	初中級	中上級		中級		中上級		D中級	初中級	中級		
	松隈	平田	福原		平田		本田		福田	福田	辻松		
15:05													
16:20	7級6級	5級4級		7級6級	5級4級		7級6級						
ジュニア	和田	福原		和田	平田		和田						
17:10	5級4級	3級	2級1級	5級4級	3級	2級1級	5級4級	3級	2級1級	7級6級	5級4級	3級	
ジュニア	和田	南部 大山	平田	平田	和田 大山	白戸	辻松	福田 今村	和田	平田	和田	辻松 福田	
18:00	5級4級	3級	2級1級		S1級		5級4級	3級		2級1級	S1級	S2級	
ジュニア	平田	福原 大山	福田		大山		和田	今村		和田	平田	辻松	
18:50	7級6級						7級6級						
19:00	和田						辻松						
19:00		中級	中上級	初級	初中級	中級	初級	中級	中上級		初中級	中級	
		松隈	福原	白戸	福原	灘谷	大山	辻松	福田		福田	本田	
20:20													
20:20	初級	初中級	中級	初級	初中級	中級	初級	初中級	中級	初級	初中級	中級	
	大山	松隈	一木	福原	灘谷	白戸	重藤	一木 今村	福田	平田	辻松	本田	
21:40	はじめて									はじめて			
21:40	平田									福田			
21:40	初級	初中級		初級		中上級	中級			中級	中上級	上級	
	平田	一木		福原		白戸	一木			本田	辻松	福田	
23:00													

曜日 コート	土			日		
	1	2	3	1	2	3
8:30	5級4級	3級	2級1級	5級4級	3級	2級1級
ジュニア	和田 大山	南部	松隈 白戸	平田	今村 中村	一木
9:20	7級6級			7級6級		
9:25	辻松			辻松		
9:25	初級	初中級	中級	初級	初中級	中級
	和田	白戸	松隈	中村	今村	一木
10:45				はじめて		
10:50	辻松			辻松		
10:50	初級	初中級	中級	初級	初中級	中級
	賀来	白戸	松隈	平田	一木	今村
12:10	はじめて	白戸 大山				
12:15	辻松			辻松		
12:15		初中級	中級	初級	初中級	中級
		辻松	賀来	中村	平田	辻松
13:35						
13:40	中級	中上級		中級	中上級	上級
	平田	松隈		平田	辻松	中村
15:00						
15:05	初級	初中級	中級	初中級	中級	
	和田	松隈	福田	中村	辻松	
16:25						
16:30	5級4級	3級	2級1級	2級1級	S1級	S2級
ジュニア	平田 福田 7級6級 和田・大山	辻松	白戸	平田	辻松	中村
17:35	初級	初中級	中上級			
	灘谷	平田	福田			
18:55						
19:00	初級	初中級	中級			
	大山	灘谷	平田			
20:20						

見学いつでもOK！レッスン体験もできます！

お問い合わせ、ご予約はお気軽に！

スポーツクラブ&スパルネサンス 春日

092-588-3500

レベル	時間	対象者	レッスン内容
はじめて	60分	硬式テニスをするのがまったく初めての方	グリップ・フットワークなどの基本をご指導いたします。 1か月4回のコース(終了時は初級へ変更していただきます)
初級	80分	硬式経験もしくはスクール経験がある方(テニス歴1年程度)	基本技術の確認、ゲームの進め方などご指導します。 初心者クラスよりも運動量は多く、ラリーやゲームも行います。
初中級	80分	基本4技術(ストローク・ボレー・スマッシュ・サーブ)すべてについて経験がある方	各ショットの打ち方のレベルアップや応用、ゲームの陣形をご指導いたします。
中級	80分	基本4技術(ストローク・ボレー・スマッシュ・サーブ)すべてが強弱・左右等のコントロールができる方	ネットプレーへの移行の仕方、 並行陣におけるフォーメーション等を中心にご指導いたします。
中上級	80分	ダブルスゲームにおける攻守の方法を理解し、実践できる方 並行陣をほぼ習得しており試合経験のある方	配球、戦術、各ショットのレベルアップをご指導いたします。 ゲーム形式を中心とした、試合に勝つためのポイント等をご指導いたします。
上級	80分	ストロークやボレーで強弱・長短・高低のコントロールが自在にでき、強打されたボールを返球できる。(相手の状況に応じて)	各ショットの、強弱、長短、高低の実践時の配球・戦術を練習いたします。