

邦和みなとインドアテニス

2020年5月期 タイムテーブル

TEL (052) 654-1483

時間	月			火			水			木			金			時間	土			日		
																8:15	中級	初中級	初級	中級	初中級	ビギナー
																S	青野	中村	井下	彦坂	白河	林
9:40	中級	初中級	初級	初中級	初級	ビギナー	中級	初中級	初級	中級	初中級	初級	レンタルコート	初中級	ビギナー	9:40	中級	初中級	ビギナー	中級	初中級	初級
A	白河	山本	林	林	白河	濱田	井下	白河	加藤	加藤	井下	青野		中村	井下	A	中村	白河	井下	彦坂	林	青野
11:00																11:00						
11:05	中級	初中級	ビギナー	中級	初中級	初級	中級	初級	ビギナー	中級	初中級	ビギナー	中級	初級	レンタルコート	11:05	Y	G	O	Y	G	O
B	林	井下	山本	濱田	白河	林	白河	加藤	井下	中村	加藤	井下	中村	井下		JS	望月	加藤高羽	白河高橋	彦坂	白河	望月
12:25																11:55						
																12:00	P	G	R・O	P	G	R・O
																JO	望月	高羽	中村・加藤	林	望月	白河・青野
																12:50						
13:00	トーナメント	中級	初中級	中級	初中級	ビギナー	トーナメント	中級	レンタルコート	レンタルコート	中級	ビギナー	中級	初級	レンタルコート	13:00	P	Y	G	中級	初中級	応・O
C	白河	林	井下	濱田	望月	林	青野	白河			加藤	井下	中村	加藤		J1	井下	中村高羽	望月	青野	彦坂	白河・望月
14:20																13:50						14:00
																14:00	Y	G	O			O・G
14:25	上級	中級	レンタルコート	上級	初中級	レンタルコート	初中級	初級	レンタルコート	トーナメント	初中級	レンタルコート	上級	中級	レンタルコート	J2	加藤高羽	望月	井下高橋			14:30
D	山本	加藤		白河	彦坂		井下	加藤		中村	彦坂		中村	彦坂		14:50				中級	初中級	14:30
15:45																E	中村	白河	井下	彦坂	林	15:00
																15:00	中級	初中級	イエロー80			Y
15:50	Y	G	O	P	G	R・O	15:50	O	R	Y	G	R・O	P	G	O	16:00				彦坂	青野	15:50
J4	加藤	山本	井下	望月	林	白河・彦坂	初中級	彦坂	井下	井下	彦坂	中村・加藤	彦坂	井下	加藤	16:20				初級	イエロー80	16:00
16:40																16:30						16:00
16:45	Y	G	O	Y	G	O	17:10	G	O	Y	G	O	Y	G	O	F	ジュニア選抜I	初級	望月	青野	17:20	
J5	望月	白河	井下	濱田	彦坂	望月	イエロー80	井下	彦坂	加藤	彦坂	中村	井下	中村	望月	17:30	白河	高羽			17:20	
17:35																17:50						17:20
17:40	初中級	Y	G	17:35	17:35	ジュニア選抜I	ジュニア選抜I	ジュニア選抜I	Y	ジュニア選抜I	G	O	17:35	17:35	イエロー80	ジュニア選抜I	G					
J6	白河	山本	林	白河	彦坂		加藤	彦坂	井下	加藤	井下	彦坂	井下	彦坂	望月	G						
18:30																G	U18	中級	ビギナー			
																18:00	高羽	中村	加藤			
18:55	ジュニア選抜II	中級	ビギナー	中級	初中級	初級	中級	初中級	ビギナー	ジュニア選抜II	初級	ビギナー	中級	初中級	U18	19:20						
G	望月	加藤	井下	林	濱田	望月	青野	白河	加藤	彦坂	中村	井下	彦坂	加藤	望月	19:25	ジュニア選抜II	中級	レンタルコート			
20:15																H	加藤	白河				
20:20	中級	初中級	初級	上級	初級	ビギナー	中級	初中級	初級	中級	初中級	初級	初中級	初級	ビギナー	20:45						
H	加藤	望月	井下	白河	彦坂	望月	白河	彦坂	加藤	彦坂	中村	高羽	加藤	望月	彦坂	20:50	上級	中級	レンタルコート			
21:40																I	白河	加藤				
21:40	レンタルコート	中級	レンタルコート	レンタルコート	中級	レンタルコート	レンタルコート	中級	レンタルコート	上級	中級	レンタルコート				22:10						
I	加藤			彦坂			彦坂			彦坂	高羽											
23:00																						

応・・・はじめて応援クラス
(小学生体験専用クラス)
はじめてのお子様に
オススメ!

レンタルコート
平日
6.050円(税込)/80分
4.400円(税込)/50分
土・日・祝・ナイター
6.600円(税込)/80分
4.950円(税込)/50分
(スクール生割引あり)
ご利用の方はフロントにて予約

担当コーチ・クラス編成が月によって変わることがございますのでご了承ください。

*R・・・レッド、O・・・オレンジ、G・・・グリーン、Y・・・イエロー、P・・・ペアレンツ *定員 コーチ1名 10名(R-8名)、コーチ2名 14名(R-10名)

スクールカレンダー

5月期 5月23日(土)～6月5日(金)

日	月	火	水	木	金	土
						23
24	25	26	27	28	29	30
31	1	2	3	4	5	

6月期 6月6日(土)～7月3日(金)

日	月	火	水	木	金	土
						6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	1	2	3	

 のところは、通常レッスンはお休みですので、お間違えのないようお願いします。

- 5月期は一般クラスのみ2回の受講となります。
ジュニアクラスは6月期より再開いたします。
- 3密対策を徹底して行います。
- 咳、発熱等の症状がみられるときは、施設の利用をお控え頂きますようお願い申し上げます。



5月期テーマ「ボレーの基本」

クラス	第1週テーマ	第2週テーマ	第3週テーマ	第4週テーマ
ビギナー	フォアハンドストローク サーブ①	フォアハンド・バックハンド ストローク サーブ②	ストロークでのグリップチェンジ フォア・バックボレー サーブ③	今月のまとめ 楽しくラリーをしよう
初級	キャッチボールで 感覚を身に着けよう	ボレーは リズム バランス・タイミング	積極的にボレー してみよう！	まとめ ゲーム練習
初中級	決めるボレー 強化週間	守りのボレー 強化週間	ボレー対ストロークで ラリーを続けよう	まとめ ゲーム練習
中級	ローボレー 強化週間	ミドルボレー 強化週間	ドライブボレーに チャレンジ！	まとめ ゲーム練習
上級	ラケットを動かす？ 止める？	打球方向に 詰めよう	コースへ誘う ボレーコントロール	まとめ ゲーム練習
トーナメント	回転量による スピードの変化で崩す	回転による 高さの変化で崩す	ストローク展開から ネットプレーへ	まとめ ゲーム練習

※毎週の「テーマ」は決まっていますが、初級以上のクラスでは基本的に一通りのショットの練習を行います。

※苦手な「テーマ」があったら、その週に振替を使ってレッスンを受けて苦手を克服しましょう。