

# 2020 12月期 レッスンスケジュール



スクールのお知らせにつきましては、**ホームページでご案内**させていただきますので、スクール生専用ページからご確認ください。 **スクールの休講措置を行う際もお電話でのご連絡は致しかねますので、予めご了承下さい。**

	月		火		水		木		金		土		日				
	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A			
	※担当コーチは都合により変更になる場合がございます。予めご了承ください。 ※4名以下のクラスは、クラス変更をお願いする場合があります。 ※レンタルコート(80分)2,500円、(50分)1,600円、(40分)1,300円 ※予約は期の始まりからとなります。																
9:40 A 11:00	S I 能野	入門+ 三上	S II 宮田	S I 岩井	S II 岩井	入門+ 倉橋	S II 笹邊	S I + 三上	S III 岩井	S I + 宮田	S II 岩井	入門+ 宮田	S III 三上	入門+ 岩井	8:10 S 9:30		
11:10 B 12:30	S III 能野	S I + 三上	S II 岩井	入門+ 宮田	S I 倉橋	S II 岩井	S III 三上	入門 笹邊	S II 宮田	入門+ 岩井	S II 岩井	S I 宮田・松永	S II 岩井	S I + 三上	11:10 B 12:30		
	レンタル40分 一般 Spot体験	レンタル40分 入門 三上	レンタル40分 一般 Spot体験	レンタル40分 一般 Spot体験	レンタル40分 一般 Spot体験	レンタル40分 一般 Spot体験	レンタル40分 一般 Spot体験	レンタル40分 一般 Spot体験	レンタル40分 一般 Spot体験	レンタル40分 一般 Spot体験	レンタル40分 一般 Spot体験	レンタル40分 一般 Spot体験	レンタル40分 一般 Spot体験	レンタル40分 一般 Spot体験			
13:10 C 14:30	一般 Spot体験	入門 三上	レンタル80分 開講クラス募集中 S I 三上	レンタル80分 開講クラス募集中 S I 三上	トーナメント I 岩井	レンタル80分 開講クラス募集中 S I 三上	S III 宮田	S II 笹邊	女S 三上	S I 岩井	12:40 J0 13:30	入門 松永	オレンジ 倉橋	グリーン 會澤	オレンジ 宮田	レッド 三上	12:40 J0 13:30
14:35 D 15:55	S II 曾澤	14:05 トーナメント I 能野	トーナメント I 岩井	S II 三上	S III 曾澤	S I 倉橋	女S 曾澤	S II 三上	レンタル80分 開講クラス募集中 入門 宮田	13:35 J1 14:25	グリーン 岩井	オレンジ 倉橋	レッド 宮田	グリーン 岩井	オレンジ 會澤	レッド 宮田	13:35 J1 14:25
16:00 J4 16:50	ジュニア Spot体験	トーナメント I 能野	オレンジ 倉橋	レッド 宮田	ジュニア Spot体験	レッド 倉橋	オレンジ 曾澤	レッド 宮田	ジュニア Spot体験	トーナメント I 三上	14:30 J2 15:20	グリーン 倉橋	オレンジ 曾澤	一般 Spot体験	オレンジ 三上	14:30 J2 15:20	
16:55 J5 17:45	グリーン 三上	オレンジ 曾澤	グリーン 岩井	オレンジ 宮田	レッド 倉橋	グリーン 會澤	オレンジ 倉橋	グリーン 三上	オレンジ 宮田・松永	オレンジ 宮田	レッド 岩井	イエロー 岩井	オレンジ 曾澤	S III 會澤	S II 宮田	15:25 J3 16:15	
17:50 J6 18:40	グリーン 三上	オレンジ 松永	イエロー 三上	オレンジ 岩井	グリーン 會澤	オレンジ 岩井	グリーン 松永	オレンジ 三上	グリーン 三上	オレンジ 宮田	グリーン 宮田	イエロー 倉橋	オレンジ 宮田	レッド 曾澤	U18 會澤	U16 宮田	15:30 E 16:50
18:50 G 20:10	U18 會澤・三上	S II 松永	S I + 宮田	U16 倉橋	U18 會澤	U16 岩井	U18 會澤	U16 宮田	U16 宮田	S I 岩井	16:20 J4 17:10	S I 倉橋	U16 宮田	17:20 F 18:40	12月20日 定員8名 2500円(税別) U18ゲーム大会	17:00 F 18:20	
20:20 H 21:40	S I 會澤・佐橋	入門+ 松永	S II 三上	S I 倉橋	S II 會澤	入門+ 岩井	S II 宮田・小川	S I + 會澤	S II 三上	S I 佐橋	18:50 G 20:10	S I + 倉橋	U18 會澤	20:20 H 21:40	S III 會澤	S II 倉橋	
21:50 I 23:10	12月14日 定員8名 2200円(税別) 男子シングルス大会	S III 三上	S II 倉橋				男S 會澤	男S 三上	男S 會澤	男S 三上	21:50 I 23:10	男S 會澤					

TEL 0568-41-0040  
インドアテニススクール  
**ロンバクド小牧**

# スクールカレンダー

**1 2月期** 12月2日(水)～12月29日(火)

日	月	火	水	木	金	土
			2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29				

**1月期** 1月5日(火)～2月1日(月)

日	月	火	水	木	金	土
		5	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
31	2/1					

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。

- 1 2月期の休会・退会の受付は終了しております。
- 1月期の休会・退会の受付は**12月15日(火)**までとなります。
- 2月期の休会・退会の受付は**1月15日(金)**までとなります。
- 12月30日(水)～1月4日(月)は通常レッスンがお休みとなります。

# ロングウッド小牧校 12月期テーマ「ゲームを楽しもう」

		第1週	第2週	第3週	第4週
一般 クラス	入門・入門+	フォア・バックボレー フォアハンドストローク サーブ① 打点に気をつける	ボレーのおさらい フォア・バックストローク サーブ② 素早く準備	ボレーのフットワーク ストロークでのグリップチェンジ レティポジションで	今月のまとめ 楽しくラリーをしよう 目指せ！20回
	S I	後衛のポジション 守るためには 戻る場所に注意	前衛のポジション 攻める為には 怖がらずネットに詰める	前衛と後衛の ポジションチェンジ 返球優先！	まとめ ゲーム練習 前衛が点をとる
	S I +	後衛のポジション ラリーからネットプレーへ ミニ雁行陣を作る	前衛のポジション 前後の動き 状況に合わせる	二人でネットプレーに チャレンジ！ 並行陣に慣れる	まとめ ゲーム練習 並行陣で点をとる！
	S II	後衛のポジション 攻守の立ち位置 中途半端にならない	前衛のポジション 攻守の立ち位置 パートナーと息を合わせる	アプローチ後の ポジションに注意 合理的待機位置	まとめ ゲーム練習 先に並行陣を作る
	S III	対雁行陣の 並行陣ポジション 基本はストレートup	対並行陣の 雁行陣ポジション 前衛のポジションに注意	並行陣同士の ポジション センターを開けない	まとめ ゲーム練習 自分が優位な展開を作る
女性 クラス	トーナメント I	サービスダッシュからの ゲーム展開 コースに合わせた動き①	リターンダッシュからの ゲーム展開 コースに合わせた動き②	並行陣を崩すための 配球を意識 足元・突き球・ロブ	まとめ ゲーム練習 目的をしっかりと決める
男女別	シングルス専科	ストローク 深いボールを意識して 高さを調整する	ストロークで攻める 浅いボールを 見逃さない！	攻めのバリエーション ドロップ・ショートクロスを 上手く使う	ゲーム練習 チャンスが来たら 積極的に攻める
中高生 クラス	U16	フットワーク強化① 左右の動きに 強くなる	フットワーク強化② 前後の動きに 強くなる	フットワーク強化③ 左右前後 素早く判断	シングルス 打点にしっかり入って 力の乗ったボールを打つ
	U18	下半身強化 いろんなトレーニングを 体験してみる	オープンスタンス スタンスを広く ブレない	振り回し 最後まで追いかける 最後まであきらめない	シングルス タメを意識して 重いボールを打つ



# 12月期ジュニアレッスンテーマ…ストローク



	レッド	オレンジ	グリーン	イエロー
テーマ	きほんをおぼえよう	きほんをおぼえよう	安定感を上げよう	安定感を上げよう
1週目	コロコロとワンバウンド	まんなかにあてよう	打点とスイングを確認しよう	打点とスイングを確認しよう
2週目	したからうえにラケットをふろう	ネットをこそう	高さを意識して返球しよう	回転を意識してストロークしよう
3週目	とおくからのボールにちょうせんしよう	いっばいうごいてつづけてネットをこそう	フットワークを使って返球し続けよう	フットワークを使って返球し続けよう
4週目	<b>バッジチャレンジ</b>	<b>バッジチャレンジ</b>	<b>バッジチャレンジ</b>	<b>バッジチャレンジ</b>
	5かいのうち2かいネットをこそう	5回のうち3回ネットをこそう	5回のうち4回コートに入れよう	5回のうち5回コートに入れよう

※主となるものは上記テーマですが、他のショットも織り交ぜながらレッスンを進めます。

※上記テーマは場合によって変更することがあります。