

		月	火	水	木	金	土	日																
R1/8月期タイムテーブル							☎ 0561-64-1200																	
9:50~11:10	A	入門 怜	S I 松岡	S II 中井	入門 怜	S II 中村	ゲーム ② 中井 松岡	入門 怜	S II 中村	ゲーム ② 中井 松岡	入門 松岡	S I 中井	S II 優	9:00~10:20	S	S I 優 (津田)	S III 松岡 (青石)	ゲーム ③ 中井	S I 中井 (安間)	S II 知里 (森屋)	S III 怜 (鬼海)	S	9:00~10:20	
11:15~12:35	B	S I 中井	S II 怜	S III 松岡	S I 怜	S II 渋谷	ゲーム ③ 中村	S I 優	S II 中井	ゲーム ③ 松岡	S I 松岡	S II 中井	S III 優	10:25~11:45	A	S I 中井 (津田)	S II 優 (青石)	S III 川辺	S I 知里 (森屋)	S II 優 (鬼海)	S III 怜 (安間)	A	10:25~11:45	
13:15~14:35	C	S I 怜	S II 中井	ゲーム ③ 松岡	S II 怜	S III 神谷	トーナメント② 中村	S II 中井	トーナメント② 中村	トーナメント② 松岡	ゲーム ② 能野	トーナメント① 小栗	ゲーム ③ 中井	13:15~14:05	J1	レッド オレンジ 知里/怜	グリーン 優 (山田)	S III 松岡	オレンジ 知里	S I 中井	S II 優	C	13:15~14:35	
14:40~16:00	D	ゲーム ② 中井	ゲーム ③ 中村	ゲーム ③ 怜	ゲーム ② 怜	ゲーム ③ 神谷	ゲーム ③ 中村	S I 中村	ゲーム ③ 中井	ゲーム ③ 松岡	S I 優	S II 余語	ゲーム ③ 能野	14:10~15:00	J2	オレンジ グリーン 川辺/知里	P 怜	S II 中井	レッド グリーン 知里/怜	S I 中井	ジュニア I 小栗	D	14:40~16:00	
16:00~16:50	J4	レッド 知里	オレンジ 中村	グリーン 小栗	オレンジ 知里	グリーン 裕太郎	P 神谷	オレンジ 優	グリーン 津田	グリーン 松岡	レッド 優	オレンジ 小栗 (津田)	S III 余語	16:00~16:50	J4	グリーン 優	イエロー 松岡 (川辺)	イエロー 80 小栗 (津田)	オレンジ 知里/怜	P 小栗	イエロー 80 優 (安間)	E	16:05~17:25	
16:55~17:45	J5	オレンジ 知里	グリーン 怜	P 中井	オレンジ 知里	グリーン 裕太郎	P 神谷	オレンジ 中村	グリーン 優	イエロー 松岡	オレンジ 松岡 (山田)	グリーン 小栗 (山田)	余語	16:55~17:45	J5	オレンジ 青石	イエロー 松岡 (川辺)		ブルー 中井	S III 中井	ジュニア II 小栗	F	17:30~18:50	
17:50~18:40	J6	オレンジ 知里	グリーン 中井	イエロー 怜	グリーン 知里	イエロー 裕太郎	P 怜	オレンジ 松岡 (津田)	イエロー 優 (安間)	P 中井	オレンジ 小栗 (津田)	グリーン 優 (山田)	イエロー 松岡 (森屋)	17:50~18:40	J6	オレンジ 中井	グリーン 知里	イエロー 優	オレンジ 青石	グリーン 川辺	P 小栗			
18:40~20:00	G	入門 中井	イエロー 80 知里	ジュニア I 小栗	入門 青石	S II 怜	S III 余語	S I 優 (津田)	S II 松岡 (安間)	ジュニア II 佐野	入門 優	S I 小栗	ジュニア I 松岡	18:40~20:00	G	S I 怜	ジュニア I 佐野	ジュニア II 松岡	ジュニアクラスの名称 レッド…幼児クラス オレンジ…小学生初心者 グリーン…小学生経験者 イエロー…小中の経験者 P…保護者の方 イエロー80…小中高の経験者 ジュニアI…小中高の試合経験あり ジュニアII…中高の試合経験あり					
20:00~21:20	H	S I 小栗	S II 佐野	S III 中村	S I 知里 (裕太郎)	S II 怜 (青石)	S III 神谷	S I 安間 (森屋)	S II 中村	S III 佐野	S I 津田	S II 松岡 (青石)	S III 能野	20:00~21:20	H	S I 佐野	S II 小栗	S III 怜						
21:20~22:40	I	入門 中村	S III 佐野	S II 津田	入門 知里		S II 神谷 (青石)	S I 津田	S III 佐野	S II 中村 (森屋)	入門 青石	S I 津田 (森屋)	S II 能野	21:20~22:40	I	入門 佐野	S II 小栗	S III 怜						

”8月期タイムテーブル”

※担当は都合により変更となる場合があります。
 ※レッスンのインターバルは皆様とコミュニケーションを取り、
 より良いサービスを提供できるようにさせていただきます。



スクールカレンダー

8月期 7月29日(月)～8月31日(土)

日	月	火	水	木	金	土
	29	30	31	1	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	30	31

9月期 9月1日(日)～9月28日(土)

日	月	火	水	木	金	土
1	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

 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。

- 休会・退会の受付は前月15日までとなります。
- 8月12日から17日までは通常レッスンはお休みです。
- 9月21日、23日は無料振替とさせていただきますので、ご了承ください。
- サービスエースのメール登録にご協力下さい。

インドアテニススクール

ロングウッド長久手

楽しく上達!
インドアテニススクール
ロングウッド!

一般クラス 8月期 サーブ



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
入門	フォア・バックボレー フォアストローク サーブ①	ボレーのおさらい フォア・バックストローク サーブ②	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	今月のまとめ 楽しくラリーをしよう
ステップⅠ	簡単サーブ! 打点を覚えよう	簡単サーブ! リズムを覚えよう	簡単サーブ! 滑らかにスイング	まとめ ゲーム練習
ステップⅡ	スイングスピードを 上げるコツ	スライス・スピン 回転をかけるコツ	サービスダッシュを 安定させるコツ	まとめ ゲーム練習
ステップⅢ	1stサーブの パワーアップ	2ndサーブの 質を上げる	サーブのコースで 崩して攻める	まとめ ゲーム練習
トーナメントⅠ	サービスダッシュ 1stボレーのコース	サービスダッシュ後の ポジショニング	サービスダッシュに 対するリターンゲーム	まとめ ゲーム練習

※毎週の「テーマ」は決まっていますが、SⅠ（初級・初中級）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。