

		月			火			水			木			金			土			日						
		R2/5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 渋谷	入門 優	S I 中井	S III 松岡	S I 山口	S II 松岡	S III 優	入門 松岡	S I 中井	S II 優	9:00~10:20	S	S I 優	S III 松岡	ゲーム③ 中井	S I 中井	S II 知里	S III 怜	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	ゲーム② 山口	S II 松岡	S III 優	S I 松岡	S II 中井	S III 優	10:25~11:45	A	S I 中井	S II 優	S III 川辺	S I 知里	S II 優	S III 怜	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 山口		S II 山口	トーナメント② 松岡	ゲーム③ 中井	13:15~14:05	J1	レッド オレンジ 川辺/怜	グリーン 優	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	S III 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 II 余語	ゲーム③ 能野	S III 余語	ゲーム③ 怜	トーナメント① 中井	14:10~15:00	J2	オレンジ グリーン 川辺/青石	P 怜	S II 松岡	レッド グリーン 知里/怜	S I 中井	ジュニア I	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 怜	オレンジ 知里			オレンジ 優	グリーン 津田		レッド 優	オレンジ 山口	S III 余語	レッド 怜	オレンジ 山口	P 中井	16:00~16:50	J4	グリーン 優	イエロー 松岡	イエロー 80	オレンジ 知里/怜	P 津田	イエロー 80	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 怜	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	グリーン 山口	余語	オレンジ 山口	イエロー 怜	P 優	16:55~17:45	J5	オレンジ 青石	イエロー 松岡	津田	ブルー 中井		優		
17:50~18:40	J6	オレンジ 知里	グリーン 中井	イエロー 山田(海)	グリーン 知里	イエロー 青石	P 怜	オレンジ 松岡	イエロー 優	P 中井	オレンジ 山口	グリーン 優	イエロー 松岡	オレンジ 中井	グリーン 山口	イエロー 優	17:50~18:40	J6	オレンジ 青石	グリーン 川辺	P 津田	イエロー 優	S III 怜	ジュニア II	F	17:30~18:50
18:40~20:00	G	入門 中井	イエロー 80 知里	ジュニア I 佐野		S II 青石	S III 余語	S I 優	S II 松岡	ジュニア II 津田	入門 優	S I 山口	ジュニア I 松岡	イエロー 80 裕太郎	ジュニア I 優		18:40~20:00	G	S I 怜	ジュニア I 佐野	ジュニア II 松岡					
20:00~21:20	H	S I 津田	S II 佐野	S III 中村	S I 知里	S II 怜	S III 神谷	S I 森屋	S II 中村	S III 佐野	S I 津田	S II 松岡	S III 能野	S I 山口	S II 裕太郎	S III 怜	20:00~21:20	H	S I 佐野	S II 津田	S III 怜					
21:20~22:40	I	入門 中村	S III 佐野	S II 津田	入門 青石		S II 神谷	S I 津田	S III 佐野	S II 中村	入門 青石	S I 津田	S II 能野	入門 山口	S II 怜	S III 裕太郎	21:20~22:40	I	入門 佐野	S II 津田	S III 怜					

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

”5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。



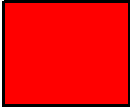
スクールカレンダー

5月期 5月17日(日)～6月13日(土)

日	月	火	水	木	金	土
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13

6月期 6月14日(日)～7月11日(土)

日	月	火	水	木	金	土
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11

 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いたします。

- 6月期の休会・退会の受付は29日までとなります。
- 7月期の休会・退会の受付は26日までとなります。
- 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 ボレーの基本



5月期

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
ステップⅠ	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	積極的にボレーを してみよう!	まとめ ゲーム練習
ステップⅡ	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
ステップⅢ	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Ⅰ	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、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。



ジュニアクラスレッスンテーマ

5月期テーマ **ストローク**

	メインテーマ	第1週目	第2週目	第3週目	第4週目
レッド	きほんのかくにん & マスクになれよう	コロコロから ワンバウンド	とおくにとばそう	ねらってうとう	ラリーを つづけよう
オレンジ	基本の確認 & マスクに慣れよう	打点を覚えよう	タイミングを 合わせよう	高さを意識しよう	ラリーを続けよう
グリーン	基本の確認 & マスクに慣れよう	打点の確認	スピンのかけ方	高さを意識しよう	ラリーを続けよう
イエロー	基本の確認 & マスクに慣れよう	スピンのかけ方	高さを意識しよう	コースを 意識しよう	ラリーを続けよう

※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。