

		月				火				水				木				金				土				日				
		R3/10月期レッスンスケジュール ☎ 0561-64-1200																		9：00 ～ 10：20	S	SI	SIII	ゲーム ③	9：00 ～ 10：20	SI	SII	SIII	S	9：00 ～ 10：20
9：50 ～ 11：10	A	入門 怜	SI	SII		入門 中井	SII	ゲーム ②		入門 久保	SI	SIII		SI	SII	SIII		入門 松岡	SI	SII										
			松岡	中井			中村	山口			中井	松岡		山口	青石	津田			中井	怜										
11：15 ～ 12：35	B	SI	SII	SIII		SI	SII	ゲーム ③		SI	SII	ゲーム ③		ゲーム ②	SII	SIII		SI	SII	SIII										
		中井	怜	松岡		中井	山口	中村		久保	中井	松岡		山口	青石	津田		松岡	中井	怜										
13：15 ～ 14：35	C	SI	SII	ゲーム ③		SII	SIII	トーナメ ント②		SII	トーナメ ント②	トーナメ ント②		ゲーム ②	トーナメ ント①			SII	トーナメ ント②	ゲーム ③										
		怜	山口	松岡		山口	中井	中村		中井	中村	松岡		青石	山口			久保	松岡	中井										
14：40 ～ 16：00	D	SIII	ゲーム ③	ゲーム ③		ゲーム ②	ゲーム ③	ゲーム ③		SI	ゲーム ③	ゲーム ③		SI	SII	ゲーム ③		SIII	ゲーム ③	トーナメ ント①										
		中井	久保	怜		怜	中井	中村		中村	青石	松岡		山口	余語	津田		余語	怜	中井										
16：00 16：50	J4	レッド	オレンジ	グリーン		オレンジ				オレンジ				レッド	オレンジ	SIII		レッド	オレンジ											
		山口	久保	怜		山口				津田				津田	青石			久保	生田											
16：55 17：45	J5	オレンジ	グリーン	P		オレンジ	グリーン	P		オレンジ	グリーン	イエロー		オレンジ	グリーン	余語		オレンジ	イエロー	P										
		怜	山口	中井		山口	怜	中井		津田	中村	松岡		青石	山口			久保	怜	中井										
17：50 18：40	J6	オレンジ	グリーン	イエロー		グリーン	イエロー	P		グリーン	イエロー	P		オレンジ	グリーン	イエロー		オレンジ	グリーン	イエロー										
		久保	山口	中井		山口	山田(海)	中井		松岡	久保	中井		山口	津田	青石		久保	怜	生田										
18：40 ～ 20：00	G		イエロー 80	ジュニア I				SIII		SI	SII	ジュニア II			SI	ジュニア I		イエロー 80	ジュニア I											
		入門 中井		森	鬼海	入門 怜		余語		津田	久保	鬼海		入門 松岡	山田(海)	谷川		裕太郎	森											
20：00 ～ 21：20	H	SI	SII	SIII		SI	SII	SIII		SI	SII	SIII		SI	SII	SIII		SI	SII	SIII										
		山口	森	山田(直)		山田(海)	怜	山田(直)		鬼海	中村	青石		山田(海)	松岡	山田(直)		久保	裕太郎	森										
21：20 ～ 22：40	I	入門 山口	SIII	SII		入門 山田(海)		SII		SI	SIII	SII		入門 松岡	SI	SII		入門 森	SII	SIII										
			山田(直)	鬼海				怜		青石	鬼海	中村			谷川	山田(直)			久保	裕太郎										
																								20：00 ～ 21：20	H	SI	SII	SIII	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…小中高の試合経験あり	
																								21：20 ～ 22：40		I	入門 怜	SII		SIII

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…小中高の試合経験あり

		月				火				水				木				金						土				日								
		R3/11月期レッスンスケジュール ☎0561-64-1200																		9:00 ～ 10:20	S	SI	SIII	ゲーム ③			SI	SII	SIII	S	9:00 ～ 10:20					
9:50 ～ 11:10	A	入門 怜	SI	SII		入門 中井	SII	ゲーム ②		入門 久保	SI	SIII		SI	SII	SIII		入門 松岡	SI	SII		10:25 ～ 11:45	A	SI	SII	SIII		SI	SII	SIII	A	10:25 ～ 11:45				
11:15 ～ 12:35	B	SI	SII	SIII		SI	SII	ゲーム ③		SI	SII	ゲーム ③		ゲーム ②	SII	SIII		SI	SII	SIII		11:50 ～ 13:10	B	入門 松岡	SII	SIII		入門 中井	SI	SIII	B	11:50 ～ 13:10				
13:15 ～ 14:35	C	SI	SII	ゲーム ③		SII	SIII	トーナメ ント②		SII	トーナメ ント②	トーナメ ント②		ゲーム ②	トーナメ ント①	トーナメ ント②		SII	トーナメ ント②	ゲーム ③		13:15 ～ 14:05	J1	レッド オレンジ 山田/怜	グリーン 大谷	SIII	オレンジ 谷川	SI	SII		C	13:15 ～ 14:35				
14:40 ～ 16:00	D	SIII	ゲーム ③	ゲーム ③		ゲーム ②	ゲーム ③	ゲーム ③		SI		ゲーム ③		SI	SII	ゲーム ③		SIII	ゲーム ③	トーナメ ント①		14:10 ～ 15:00	J2	オレンジ 山田(海)	P 怜	SII	レッド グリーン 鬼海/怜 オレンジ	SI	SII		D	14:40 ～ 16:00				
16:00 ～ 16:50	J4	レッド 山口	オレンジ 久保	グリーン 怜		オレンジ 山口				オレンジ 津田				レッド 怜	オレンジ 松岡	SIII 余語		レッド 久保	オレンジ 生田			16:00 ～ 16:50	J4	グリーン 大谷	イエロー 林	イエロー 80 津田	イエロー 怜	入門 中井	イエロー 80 津田		E	16:05 ～ 17:25				
16:55 ～ 17:45	J5	オレンジ 怜	グリーン 山口	P 中井		オレンジ 山口	グリーン 怜	P 林		オレンジ 津田	グリーン 中村	イエロー 松岡		オレンジ 津田	グリーン 山口			オレンジ 久保	イエロー 生田	P 林		16:55 ～ 17:45	J5	オレンジ 森	イエロー 松岡		谷川	SIII	ジュニア II 津田		F	17:30 ～ 18:50				
17:50 ～ 18:40	J6	オレンジ 久保	グリーン 山口	イエロー 中井		グリーン 山口	イエロー 山田(海)	P 中井		グリーン 松岡	イエロー 久保	P 中井		オレンジ 山口	グリーン 津田	イエロー 怜		オレンジ 中井	グリーン 生田	イエロー 林		17:50 ～ 18:40	J6	グリーン 大谷	イエロー 森	P 山田(海)										
18:40 ～ 20:00	G	入門 中井	イエロー 80 森	ジュニア I 鬼海		入門 怜		SIII 林		SI	SII	ジュニア II 鬼海		入門 松岡	SI	ジュニア I 谷川		イエロー 80 裕太郎	ジュニア I 森			18:40 ～ 20:00	G	SI	ジュニア I 津田	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…小中高の試合経験あり									
20:00 ～ 21:20	H	SI	SII	SIII		SI	SII	SIII		SI	SII	SIII		SI	SII	SIII		SI	SII	SIII		20:00 ～ 21:20	H	SI	SII	SIII										
21:20 ～ 22:40	I	入門 山口	SIII	SII		入門 林		SII		SI	SIII	SII		入門 松岡	SI	SII		入門 森	SII	SIII		21:20 ～ 22:40	I	入門 怜	SII	SIII										

スクールカレンダー

10月期 10月2日(土)～10月29日(金)

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	30
31						

11月期 11月1日(月)～11月28日(日)

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
3	8	9	10	11	12	13
10	15	16	17	18	19	20
17	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。

- 翌月の休退会の受付は毎月15日までとなります。(15日が休校の場合次の営業日)
- 申し訳ございませんが10月11日、11月3日、23日は無料振替にて対応させていただきます。
- サービスエースのメール登録にご協力下さい。
- 期の途中でのコース変更は承ることができません。
- 翌期のコース変更は翌期が始まる前日まで受付可能です。

インドアテニススクール

ロングウッド長久手



一般クラス 10月期 ネットプレーの上達



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	ラケットの反発力で ボールを飛ばそう!	ステップをマスターして、 スマッシュ&ボレー	前後の動きで 攻める・守る	まとめ ゲーム練習
ステップⅡ	ラケットを動かして パンチボレー!	足を動かして ローボレー!	アプローチから ネットプレー勝負!	まとめ ゲーム練習
ステップⅢ	攻めるポジションでの ボレー・スマッシュ	守るポジションでの ボレー・スマッシュ	ポジションチェンジを マスターしよう!	まとめ ゲーム練習
トーナメントⅠ	決めるボレーの バリエーションを増やそう	配球に対する ポジショニング	並行陣VS並行陣 早いテンポに対応	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。



10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	フォームをおぼえよう	フォームをおぼえよう	安定感を上げよう	安定感を上げよう
1週目	ラケットのもちかたをおぼえよう	ラケットのもちかたをおぼえよう	打点とスイングの確認	打点とスイングの確認
2週目	ラケットのふりかたをおぼえよう	ラケットのふりかたをおぼえよう	力加減をおぼえよう	高さを意識して返球しよう
3週目	だてんをおぼえよう	だてんをおぼえよう	高さを意識して返球しよう	フットワークを使って返球し続けよう
4週目	バッジチャレンジ ただしいフォームでフォアハンドをうとう	バッジチャレンジ ただしいフォームでフォア、バックをうとう	バッジチャレンジ 4回連続でコートに入れよう	バッジチャレンジ 5回連続でコートに入れよう

※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。