

スクールカレンダー

6月期 6月2日(月)～6月29日(日)

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						

7月期 6月30日(月)～7月27日(日)

日	月	火	水	木	金	土
	6/30	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						



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)。
- 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

				月		火		水		木		金				土			日								
R7/6月期レッスンスケジュール ※変更になる場合がございます。予めご了承ください。														9：00 ～ 10：20	S	SⅠ 森清	SⅢ 中村	ゲーム ③ 林	SⅠ 森	SⅡ 津田	SⅢ 怜	S	9：00 ～ 10：20				
9：50 ～ 11：10	A	入門 怜	SⅠ 森清	SⅡ 林	入門 森	SⅡ 中村	ゲーム ② 怜	入門 怜	SⅠ 森清	SⅢ 津田	SⅠ 森	SⅡ 怜	SⅢ 津田	入門 森清	SⅠ 杉浦	SⅡ 林	10：25 ～ 11：45	A	SⅠ 中村	SⅡ 森清	SⅢ 林	SⅠ 金堂	SⅡ 津田	SⅢ 怜	A	10：25 ～ 11：45	
11：15 ～ 12：35	B	SⅠ 林	SⅡ 怜	SⅢ 森清	SⅠ 怜	SⅡ 森	ゲーム ③ 中村	SⅠ 森清	SⅡ 津田	SⅢ 怜	ゲーム ② 森	SⅡ 怜	SⅢ 津田	SⅠ 杉浦	SⅡ 森清	SⅢ 林	11：50 ～ 13：10	B	入門 津田	SⅡ 森	SⅢ 中村	入門 津田	SⅠ 怜	SⅢ 荒木	B	11：50 ～ 13：10	
13：15 ～ 14：35	C	SⅠ 怜	SⅡ 津田	ゲーム ③ 林	SⅡ 森	SⅢ 怜	トーナメ ント② 中村	SⅡ 津田	トーナメ ント② 中村	トーナメ ント① 林	ゲーム ② 森清	トーナメ ント① 津田	トーナメ ント② 怜	SⅡ 杉浦	トーナメ ント② 林	ゲーム ③ 津田	13：15 ～ 14：05	J1	レッド 山田/村田	グリーン 森	SⅢ 林	オレンジ 森	SⅠ 金堂	SⅡ 荒木	C	13：15 ～ 14：35	
14：40 ～ 16：00	D	SⅢ 津田	ゲーム ③ 森清	ゲーム ③ 林	ゲーム ② 林	ゲーム ③ 怜	ゲーム ③ 中村	SⅠ 中村		ゲーム ③ 林	SⅠ 森清	SⅡ 森	ゲーム ③ 怜	SⅢ 森清	ゲーム ③ 津田	トーナメ ント① 林	14：10 ～ 15：00	J2	中村		SⅡ 林	グリーン 怜/森	SⅠ 金堂	SⅡ 津田	D	14：40 ～ 16：00	
16：00 ～ 16：50	J4	レッド 山田	オレンジ 津田	グリーン 森							レッド 山田	オレンジ 森清					16：00 ～ 16：50	J4	グリーン 森清	イエロー 加藤(海)	イエロー Ⅱ	イエロー 荒木	入門 怜	イエロー Ⅱ	E	16：05 ～ 17：25	
16：55 ～ 17：45	J5	オレンジ 森清	グリーン 森		オレンジ 森	グリーン 長嶋		オレンジ 津田	グリーン 中村	イエロー 森清	オレンジ 津田	グリーン 森		オレンジ 津田	イエロー 杉浦		16：55 ～ 17：45	J5	オレンジ 森清	イエロー 村田	林	イエロー 森		金堂			
17：50 ～ 18：40	J6	オレンジ 森	グリーン 森清	イエロー 津田	グリーン 森	イエローⅠ 怜		グリーン 森清	イエローⅠ 怜		オレンジ 森	グリーン 津田	イエロー 怜	オレンジ 森清	グリーン 杉浦	イエロー 津田	17：50 ～ 18：40	J6	グリーン 森清	イエロー 村田	P 林		SⅢ 怜	イエロー Ⅲ 津田	F	17：30 ～ 18：50	
18：40 ～ 20：00	G	19:00～ 入門 林	イエローⅡ 加藤(丈)		19:00～ 入門 森		SⅢ 林	SⅠ 津田	SⅡ 怜	イエローⅢ 加藤(丈)	19:00～ 入門 森清	SⅠ 金堂	イエローⅢ 出口	イエローⅡ 村田	イエローⅢ 荒木		18：40 ～ 20：00	G	SⅠ 加藤(丈)	イエローⅡ 森	イエローⅢ 出口	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Ⅰ…小中の経験者 P…保護者の方 イエローⅡ…小中高の経験者 イエローⅢ…中高の試合経験あり					
20：00 ～ 21：20	H	SⅠ 加藤(丈)	SⅡ 森	SⅢ 津田	SⅠ 村田	SⅡ 荒木	SⅢ 林	SⅠ 加藤(丈)	SⅡ 中村	SⅢ 林	SⅠ 金堂	SⅡ 森清	SⅢ 出口	SⅠ 津田	SⅡ 村田	SⅢ 荒木	20：00 ～ 21：20	H	SⅠ 森	SⅡ 村田	SⅢ 出口						
21：20 ～ 22：40	I	入門 加藤(丈)	SⅢ 津田	SⅡ 森	入門 林		SⅡ 村田	SⅠ 加藤(丈)	SⅢ 林	SⅡ 中村	入門 金堂	SⅠ 森清	SⅡ 出口	入門 荒木	SⅢ 津田	SⅡ 村田	21：20 ～ 22：40	I	入門 村田	SⅡ 出口	SⅢ 森						

楽しく上達！
インドアテニススクール
ロングウッド！

6月期

一般クラス ゲームを楽しむ



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	ストローク・ボレー① テイクバックって知ってますか？	ストローク・ボレー② 打ち終わりまでキッチリ！	ストローク・ボレー③ 何ごとも準備から！	簡単なダブルス 2対2で楽しく勝負
ステップⅠ	ストロークを安定させる ボールの軌道を高くするには？	前衛でボーチに挑戦 相手とのリズムを取ってGO!!	後衛のスピード管理 前衛に花を持たせる	ゲーム展開（雁行陣） 役割の理解と協力
ステップⅡ	チャンスボール 高い打点のラケットワーク	チャンスボール＆ボレー 強打だけではない選択も アリ！	チャンスボールから平行陣 打った後のポジショニング	積極的に平行陣！ チャンスは自らつくる！
ステップⅢ	リターンダッシュ 速いテンポでリターン	サービスダッシュ 前に行くまでの時間を作る	平行陣VS平行陣 浮かさないボレー	平行陣で勝つ 配球と状況判断
トーナメントⅠ	VS平行陣 ロブの使い方 抜こうとしない！まず取らせる	VS平行陣 ロブからの一手 足元？またロブ？	VS平行陣 足元からの展開 ペアを活かすには？	VS平行陣 自分達に合う パターンを見つける

※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。
 ※トーナメントクラスは、試合を想定した内容になるので、通常のテーマと異なる場合があります。



6月期ジュニアレッスンテーマ…ボレー



	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	基本を覚えよう	基本を覚えよう
1週目	テニピンで ハイタッチ！ 	ボールキャッチ コーディネーション トレーニング 	正しいグリップを 覚えよう	ボールの高さに 合わせよう
2週目	てのひらで うとう 	テニピンを つかってみよう	体の向きを作ろう	狙って打ってみよう 
3週目	てのこうで うとう	みぎはてのひら ひだりはてのこう	片手でバックハンド ボレーに挑戦！	スライス回転を かけてみよう
4週目	バッジチャレンジ	バッジチャレンジ	バッジチャレンジ	バッジチャレンジ
	4かいのうち2かい ラケットにあてよう	5かいのうち3かい ネットをこそう	5回中3回コートに 入れよう	5回中4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。