

スクールカレンダー

8 月期 7月27日(月)～8月29日(土)

日	月	火	水	木	金	土
	27	28	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

9 月期 8月30日(日)～9月30日(水)

日	月	火	水	木	金	土
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			

 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。

- 7月27日～31日は8月期1週目のレッスン日になります。
- 8月30日、31日は9月期1週目のレッスン日になります。
- 8月10日～15日、9月6日、9月21日～23日は休館日となります。
- 9月期の振替・欠席は8月23日からサービスエースにて予約可能となります。
- 休会・退会の受付は前月の15日までとなります。
- 15日が休館日の場合は翌営業日となりますので、ご了承ください。

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					
		R8/8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 松岡	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 山下	入門 伊藤(大)	SⅡ 中村	ゲーム ② 怜	入門 怜	SⅠ 森清	SⅢ 津田	SⅠ 伊藤(大)	SⅡ 怜	SⅢ 津田	入門 森清	SⅠ 伊藤(大)	SⅡ 林	10：25 ～ 11：45	A	SⅠ 松岡	SⅡ 森清	SⅢ 林	SⅠ 金堂	SⅡ 津田	SⅢ 怜	A	10：25 ～ 11：45					
11：15 ～ 12：35	B	SⅠ 山下	SⅡ 怜	SⅢ 森清	SⅠ 怜	SⅡ 伊藤(大)	ゲーム ③ 中村	SⅠ 森清	SⅡ 津田	SⅢ 怜	ゲーム ② 伊藤(大)	SⅡ 怜	SⅢ 津田	SⅠ 伊藤(大)	SⅡ 森清	SⅢ 林	11：50 ～ 13：10	B	入門 森清	SⅡ 加藤(海)	SⅢ 山下	入門 津田	SⅠ 怜	SⅢ 荒木	B	11：50 ～ 13：10					
13：15 ～ 14：35	C	SⅠ 怜	SⅡ 伊藤(大)	ゲーム ③ 山下	SⅡ 伊藤(大)	SⅢ 怜	トーナメ ント② 中村	SⅡ 津田	トーナメ ント② 森清	トーナメ ント① 山下	ゲーム ② 金堂	トーナメ ント① 津田	トーナメ ント② 怜	SⅡ 伊藤(大)	トーナメ ント② 林	ゲーム ③ 津田	13：15 ～ 14：05	J1	レッド 伊藤/森清	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 山下	ゲーム ② 山下	ゲーム ③ 伊藤(大)	ゲーム ③ 中村			ゲーム ③ 津田	SⅠ 伊藤(大)	SⅡ 金堂	ゲーム ③ 怜	SⅢ 森清	ゲーム ③ 津田	トーナメ ント④ 林	14：10 ～ 15：00	J2	オレンジ 森	グリーン 伊藤(大)	SⅡ 林	レッド 怜/森	SⅠ 金堂	SⅡ 津田	D	14：40 ～ 16：00					
16：00 ～ 16：50	J4	レッド 伊藤(大)	オレンジ 津田	グリーン 森							レッド 金堂	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 林	イエロー 荒木	入門 怜	イエロー Ⅱ 金堂	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 伊藤(大)		オレンジ 津田	グリーン 森	イエロー 森清	オレンジ 津田	グリーン 伊藤(大)		オレンジ 津田	グリーン 伊藤(大)	イエロー 林	16：55 ～ 17：45	J5	オレンジ 森	イエロー 伊藤(大)		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 伊藤(大)	グリーン 津田	イエロー 怜	オレンジ 森清	グリーン 伊藤(大)	イエロー 津田	17：50 ～ 18：40	J6	グリーン 森清	イエロー 伊藤(大)			SⅢ 怜	イエロー Ⅲ 津田	F	17：30 ～ 18：50					
18：40 ～ 20：00	G	19:00～ 入門 山下	イエローⅡ 小山		19:00～ 入門 森	SⅠ 山下	SⅢ 荒木	SⅠ 森	SⅡ 山下	SⅢ 怜	19:00～ 入門 森清	SⅠ 金堂	イエローⅢ 藤原	イエローⅡ 小山	イエローⅢ 荒木		18：40 ～ 20：00	G	SⅠ 小山	イエローⅡ 森	イエローⅢ 藤井	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 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 伊藤(大)	SⅡ 森	SⅢ 津田	SⅠ 森	SⅡ 荒木	SⅢ 山下	SⅠ 森	SⅡ 山下	SⅢ 藤原	SⅠ 金堂	SⅡ 森清	SⅢ 藤原	SⅠ 小山	SⅡ 津田	SⅢ 荒木	20：00 ～ 21：20	H	SⅠ 小山	SⅡ 森	SⅢ 伊藤(大)										
21：20 ～ 22：40	I	入門 伊藤(大)	SⅢ 津田	SⅡ 森	入門 山下		SⅡ 森	SⅠ 山下	SⅢ 森	SⅡ 藤原	入門 金堂	SⅠ 森清	SⅡ 藤原	入門 小山	SⅢ 津田	SⅡ 荒木	21：20 ～ 22：40	I	入門 小山	SⅡ 森	SⅢ 伊藤(大)										



一般クラス

8月期 ボレーの上達

ほめテーマ 「労い(拍手)」



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	バックハンドストローク サーブの引き方	ボレー サーブの狙い方	スマッシュ 打ち合い
ステップⅠ	ボレーのグリップ コンチネンタルにチャレンジ	フォアボレー フォロースルー	バックボレー 引かない準備	つなぐボレー ゆっくり続ける
ステップⅡ	ローボレー 攻められないボール	ハイボレー バックでしのぐ	ブロックボレー 速いボールの返球	並行陣の役割 前衛・後衛
ステップⅢ	ローボレーとハーフボレー ラケットセットは同じ位置	バックハイボレー 力の伝え方	アタックをカウンター 面を作って角度付け	平行陣の攻守 ショットとポジショニング
トーナメントⅠ	平行陣対策 足元へ沈める	平行陣対策 味方を活かす配球とは	平行陣対策 角度つけて満足しない	平行陣対策 ロブは高く時間作る

※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。



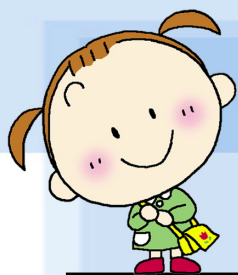
7・8月期ジュニアレッスンテーマ…ラリー & ゲーム・サーブ



8月	1週目『ラリー & ゲーム』	2週目『サーブ』	3週目『ラリー & ゲーム』	4週目『ラリー & ゲーム』
レッド 	ワンバウンドのボールを うってネットをこそう	あたまのうえにボールを あけてラケットにあてよう	コーチとネットを はさんでラリー	バッジチャレンジ 『ラリー & ゲーム』
オレンジ 	コーチの球出しから 8回ラリーを続けよう	サービスコートに 入る確率を上げよう	ポイントラリーをしよう	バッジチャレンジ 『ラリー & ゲーム』
グリーン 	コーチの球出しから 12回ラリーを続けよう	コントロールして 左右に打ち分け	サーブからの ポイントマッチ	バッジチャレンジ 『ラリー & ゲーム』
イエロー 	ドライブとスライスを 打ち分けラリーをしよう	1stサーブ 2ndサーブの 打ち分け	アプローチショットから ボレーに出て ポイントマッチ	バッジチャレンジ 『ラリー & ゲーム』

※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。



ラリー & ゲームバッジチャレンジ



	1stチャレンジ (Lv. 3)	2ndチャレンジ (Lv. 2)	3rdチャレンジ (Lv. 1)
レッド 	コーチと3往復ラリー ※サービスラインの一步前から	コーチと2往復ラリー ※サービスラインの一步前から	コーチと1往復ラリー ※サービスラインの一步前から
オレンジ 	コーチと7往復ラリー ※ジュニアラインの位置から	コーチと5往復ラリー ※ジュニアラインの位置から	コーチと2往復ラリー ※サービスラインの位置から
グリーン 	コーチのボール出しから1本勝負 ※ベースラインから	コーチと5往復ラリー ※ベースラインから	コーチと2往復ラリー ※ベースラインから
イエロー 	サーブからコーチと対戦1本勝負 (1ポイント先取) ※コーチのサーブから	サーブからコーチと対戦1本勝負 (1ポイント先取) ※生徒のサーブから	コーチと3往復ラリー ※ベースラインから

1stチャレンジ～3rdチャレンジのどこでクリアしてもバッジは獲得できるけど、
1stチャレンジでクリア出来るように練習していこうね！