

		月	火	水	木	金	土	日					
									8:00	S III	S II	S I	8:00
									S	濱口	芦田	小泉	S
									9:20	村木	細川	芦田	小泉
9:25	A	S II	入門	S III	S III	S III	S III	S II	9:25	S II	入門	S I	9:25
10:45		森清	10:25	村木	80分/60分	村木	80分/60分	小出	10:45	小泉	濱口	10:25	10:45
		村木	芦田	村木	80分/60分	村木	80分/60分	小出		小泉	濱口	10:25	小泉
10:50	B	S III	S II	S II	S III	S II	S III	S II	10:50	S III	S II	S I	10:50
12:10		芦田	森清	村木	小出	11:50	小泉	12:10	12:10	芦田	小泉	村木	12:10
12:25	C	S II	トナー	S III	S II	S III	S III	S I	12:25	グリーン	オレンジ	レッド	12:25
13:45		森清	芦田	濱口	村木	小出	13:45	13:45	13:15	小泉	濱口	60分	13:15
										芳村	亀井	芦田	松永
13:50	D	S III	トナー	S III	S II	S III	S III	S I	13:50	グリーン	オレンジ	イエロー	13:50
15:10		村木	小出	小出	村木	小泉	15:10	15:10	14:25	草川	村木	亀井	14:25
15:15	E	トナー	S III	S III	S II	S III	S III	S I	15:15	グリーン	オレンジ	イエロー	15:15
16:35		小出	森清	濱口	村木	小泉	16:35	16:35	15:35	南	小泉	亀井	15:35
16:40	J5	グリーン	オレンジ	グリーン	オレンジ	レッド	グリーン	オレンジ	16:40	グリーン	オレンジ	U16	16:40
17:40		大西	森清	小出	小泉	60分	草川	小泉	17:40	小泉	小出	濱口	17:40
17:50	J6	レンタル	オレンジ	グリーン	オレンジ	イエロー	レンタル	オレンジ	17:50	レンタル	オレンジ	イエロー	17:50
18:50		60分	古本	濱口	小出	小泉	60分	古本	18:50	60分	古本	小泉	18:50
19:00	G	S IV	入門	S II	S III	S II	S III	S I	19:00	U18	入門	S I	19:00
20:20		小出	村木	松永	80分/60分	小泉	19:20	20:20	19:55	松永	19:35	亀井	19:55
20:25	H	S III	S II	S III	S II	S I	S III	S II	20:25	S III	S II	S I	20:25
21:45		小出	大西	小出	松永	21:25	小出	21:45	21:20	草川	松永	亀井	村木
21:50	I	S IV	S III	S IV	S III	S II	S IV	S II	21:50	S IV	S III	S II	21:50
23:10		小出	細川	小出	松永	亀井	草川	23:10	22:50	小出	草川	亀井	23:10

ジュニアクラスの名称  
 レッド…幼児クラス(40分、60分)  
 オレンジ…小学生未経験者  
 グリーン…小学生・中学生の経験者  
 イエロー…小学生高学年・中学生の経験者  
 P…ペアレンツ(保護者)  
 U16…小・中学生、高校生  
 U18…中学生・高校生



# スクールカレンダー

12月期 11月29日(金)～12月26日(木)

日	月	火	水	木	金	土
					29	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		

1月期 1月5日(日)～2月1日(土)

日	月	火	水	木	金	土
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	1

 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。
- コース変更は期の末までにご連絡をお願いします。
- 12月9日(月)10日(火)プロテストの為休講日となります。2日間は、無料振替での対応です。
- 12月27日(金)～1月4日(土)は休館日となります。
- 1月13日(月)イベントの為休講です。無料振替での対応です。

# 12月期テーマ「ゲームを楽しもう」

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
ビギナー	フォアハンドストローク サーブ①	バックハンドストローク サーブ②	ボレー サーブ③	スマッシュ まとめ
初級	ラリーを続けるためには 高さのコントロール 後衛のストローク	ボレーでのボールにさわられる ポジション 前衛の動き方	前衛と後衛の ポジションチェンジ 前衛が取れなかったら？	まとめ・ゲーム
初中級	ミスをしないように 深く返球 後衛のストローク	コースを狙って ボレーをしよう 前衛のボレー	並行陣での 基本ポジション 前衛と後衛の役割	まとめ・ゲーム
中級	回転・スピードで ボレーをさせる 対並行陣でのストローク	並行陣での 前衛と後衛の役割 並行陣でのポジション	並行陣での ロブ処理 バックハイボレーで返球	まとめ・ゲーム
上級	並行陣に対する ストロークの配給 対並行陣での攻守	雁行陣に対する ネットプレーの配給 並行陣での攻守	並行陣での ロブケア ポジションチェンジ	まとめ・ゲーム
トーナメント	並行陣で攻撃	並行陣で守備	並行陣で攻守	まとめ・ゲーム

※毎週の「テーマ」は決まっていますが、初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。

インドアテニススクール

**ロングウッド奈良**