

月

火

水

木

金

①5月期より、多治見校より早川コーチが奈良校に異動となりました。今後とも宜しくお願い致します。

②4月期で、池本コーチが退職となり、村本コーチは療養中の為タイムスケジュールから外させて頂きまし
た。

③クラス名変更お知らせ・U16→イエローⅡ U18→イエローⅢに変更となります。

9:25
A

SⅡ

入門
中村

SⅠ

10:45

渡邊

10:25

宮下

10:50
B

SⅢ

SⅡ

SⅠ

12:10

中村

宮下

小泉

12:25
C

SⅡ

トーナ
小泉

SⅢ

13:45

東

渡邊

中村

13:50
D

SⅢ

SⅡ

トーナ
中村

15:10

松本

渡邊

東

15:15
E

トーナ
小泉

トーナ
中村

レンタル
コート

16:35

小泉

中村

80分/60分

16:40
J5

グリーン

オレンジ

小泉

17:40

松本

東

17:50
J6

イエロー

オレンジ

小泉

18:50

東

松本

19:00
G

19:20
入門

SⅠ

20:20

渡邊

東

佐藤駿

20:25
H

SⅣ

SⅡ

SⅠ

21:45

渡邊

松本

本田

佐藤駿

21:50
I

SⅣ

SⅢ

23:10

松本

渡邊

本田

SⅢ

SⅡ

SⅠ

小泉

早川

松本

SⅡ

入門
松本

SⅠ

濱口

東

早川

トーナ
小泉

SⅢ

SⅢ

濱口

渡邊

早川

トーナ
早川

SⅢ

SⅠ

松本

東

小泉

SⅢ

トーナ
小泉

トーナ
松本

濱口

東

小泉

トーナ
早川

SⅢ

トーナ
松本

濱口

東

小泉

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

SⅢ

SⅡ

レンタル
コート

早川

渡邊

80分/60分

<

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

5 月期 5月6日(金)～6月2日(木)

日	月	火	水	木	金	土
					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	2		

6 月期 6月3日(金)～6月30日(木)

日	月	火	水	木	金	土
					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。

- 6 月期の休会・退会の受付は 5 月 1 5 日（日）までとなります。
- 7 月期の休会・退会の受付は 6 月 1 5 日（水）までとなります。

5月期テーマ「ボレーの基本」

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
S1	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
S2	決めるボレー 強化週間	守りのボレー 強化週間	ボレー対ストロークで コースを変えよう	まとめ ゲーム練習
S3	深さを出すためには ラケットを動かそう	速いテンポでの コンパクトボレー	浮いたボールを しっかり詰めて決めよう	まとめ ゲーム練習
S4	威力のあるハイボレーを しっかり決めよう	打球方向に 詰めよう	予測を立てて ネットプレーをしよう	まとめ ゲーム練習
トーナメント	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、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。



5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	きほんをおぼえよう	うごきかたをおぼえよう	ラリーを続けるコツ	回転を覚えよう
1週目	コロコロとワンバウンド	うごきだしのきほん スプリットステップ	素早く準備 真ん中に当てよう	スライス回転の ポイント
2週目	したからうえに ラケットをふろう	したからうえに ラケットをふろう	打った後のかまえ直し	トップスピンの ポイント
3週目	はなれたボールに おいついてうとう	いっばいうごいて ネットをこそう	フットワークを使って 返球し続けよう	いろんな回転を かけてラリーをする
4週目	メダルチャレンジ ストロークでネットをこそう (10球チャレンジ) 9球以上 金メダル 7球以上 銀メダル 5球以上 銅メダル	メダルチャレンジ ストロークでコートに入れよう (10球チャレンジ) 9球以上 金メダル 7球以上 銀メダル 5球以上 銅メダル	メダルチャレンジ ストロークでコートに入れよう (10球チャレンジ) 9球以上 金メダル 7球以上 銀メダル 5球以上 銅メダル	メダルチャレンジ ストロークでコートに入れよう (10球チャレンジ) 9球以上 金メダル 7球以上 銀メダル 5球以上 銅メダル

※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。