



インドアテニススクール

森林ロングウッドテニスクラブ

# 2020 5月期 タイムテーブル

S・・・ジュニアサッカースクール  
M・・・メンバーズレッスン  
P・・・ペアレッスン

※クラス編成、担当コーチは都合により変更になる場合がございます。

※お休みの際は、ご連絡をお願いします。(他の方の振替枠となります。)

※入門クラスは50分で行います。

※レンタルコートはイベント及びレッスン等で利用できない場合がございます。

※4名以下のクラスは移動をお願いすることがあります。

	月				火				水				木				金				
	インドア		アウト		インドア		アウト		インドア		アウト		インドア		アウト		インドア		アウト		
	D	C	B	A	D	C	B	A	D	C	B	A	D	C	B	A	D	C	B	A	
9:30	上	入	初	中	初	初	中	中	初	初	中	中	ト メ ン ト I E 林	入	中	中	初	中	初	上	
10:50	漆間	曾我	濱田	伊藤	曾我	林	山本	榊山	高井	新田	山口	漆間	榊山	曾我	濱田	神野	新田	伊藤	曾我	能野	
10:55	入	初	グ ラ ン ド	上	入	初	初	中	入	初	中	中	初	初	中	中	入	中	グ ラ ン ド	中	
12:15	濱田	曾我	林	伊藤	榊山	曾我	林	山本	高井	山口	新田		榊山	神野	漆間	濱田	曾我	新田	伊藤	能野	
12:50	ト メ ン ト I E 林	中	ト メ ン ト I E 林	ト メ ン ト I E 林			ト メ ン ト I E 林	中	ゲ ー ム の 日 2 週 目 4 週 目	中	ト メ ン ト I E 林	ト メ ン ト I E 林	ト メ ン ト I E 林	入		中	初		中	ト メ ン ト I E 林	
14:10	ト メ ン ト I E 林	初	入	ト メ ン ト I E 林	ト メ ン ト I E 林	エ イ ロ ー	グ リ ー ン	中	ト メ ン ト I E 林	ト メ ン ト I E 林	ト メ ン ト I E 林	ト メ ン ト I E 林	ト メ ン ト I E 林	ト メ ン ト I E 林	ト メ ン ト I E 林	ト メ ン ト I E 林	初	エ イ ロ ー	グ リ ー ン	上	
15:40	加藤	伊藤	榊山	林	曾我	榊山	高井	新田	新田	能野	余語	加藤	神野	林	曾我	曾我	伊藤	高井	能野		
16:30	グリーン	オレンジ	レッド		P	オレンジ	レッド		オレンジ	レッド			P	グリーン	オレンジ	レッド	グリーン	オレンジ	レッド		
17:25	S	グリーン	オレンジ	レッド	グリーン	オレンジ	レッド		S	イエロー	オレンジ	グリーン	S	P	オレンジ	グリーン	S	グリーン	オレンジ	レッド	
18:20	加藤	林	濱田	伊藤	山本	新田	神野	榊山	漆間	新田	伊藤	加藤	高井	林	神野	東望	加藤	伊藤	山本	東望	
19:00	初	U18 II	18:30 加藤		入	18:30 新田	19:50 長谷川		初	18:30 余語	19:50 こうすけ	山口		18:30 高井	19:50 榊山	中	中	U18 II	19:50 林		
20:25	入	初	中	中	初	初	中	中	初	初	中	中	入	初	初	中	入	初	中	中	
21:45	榊山	林	高井	加藤	神野	山口	新田	堀内	伊藤	能野	こうすけ	加藤	高橋	曾我	神野	高井	山本	加藤	新田	林	
23:10					ゲ ー ム の 日 2 週 目 4 週 目	入	中	中	ゲ ー ム の 日 2 週 目 4 週 目	シ ン グ ル ス 専 科	初	中		初	中	中	ゲ ー ム の 日 2 週 目 4 週 目	シ ン グ ル ス 専 科	初	中	
電話受付 時間	8:30~21:00				8:30~22:00				8:30~22:00				8:30~22:00				8:30~22:00				
入館・退館 時間	9:00~22:00				9:00~23:25				9:00~23:25				9:00~23:25				9:00~23:25				

	土				日			
	インドア		アウト		インドア		アウト	
	D	C	B	A	D	C	B	A
7:50		入	中	中		中	中	グ ラ ン ド
9:10		榊山	漆間	加藤	8:15~ 9:05 J8	神野	濱田	伊藤
9:15	初	初	中	中	9:15	入	中	中
10:35	林	漆間	加藤	山口	10:05	濱田	神野	こうすけ
11:00	J10	初	中		10:55	体験		
12:20	J11	伊藤	加藤		11:00	初	初	中
12:30	J0	林	東望	伊藤	13:25	初	初	中
13:25	J1	新田	加藤	東望	13:50	伊藤	こうすけ	能野
14:20	J2	伊藤	加藤	東望	14:15	長谷川	濱田	神野
15:15	J3	林	東望	榊山	15:15	初	初	中
16:35	J4	伊藤	東望	榊山	15:55	神野	能野	こうすけ
17:05	J5	伊藤	東望	榊山	16:05	初	中	U18 I
18:00					16:40	神野	濱田	伊藤
19:20					16:45	濱田	新田	こうすけ
20:45					17:05	初	中	U18 I
22:10					18:05	濱田	新田	こうすけ

休会・退会の手続きは前月の15日までとなっております。6月期の休会・退会の受付は5月15日(金)までです。予めご了承ください。

ネットショップはこちらから⇒  
<http://www.longwood.co.jp>  
 Tel (052) 736-4000

# スクールカレンダー

**5月期** 5月17日(日)～6月13日(土)

日	月	火	水	木	金	土
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13

**6月期** 6月14日(日)～7月11日(土)

日	月	火	水	木	金	土
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11

 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。

- 5月期の休会、退会の受付は終了しております。
- 6月期の休会・退会の受付は5月29日(金)までとなります。
- 7月期の休会、退会の受付は6月26(金)までとなります。
- ワンコイン体験は、5月期はお休み、6月1日(月)より受付とさせていただきます。  
状況により延期、中止する場合がありますので予めご了承ください。

会員制テニスクラブ&インドアテニススクール

森林ロングウッドテニスクラブ



LONG WOOD  
TENNIS CLUB

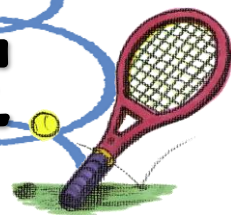
# 一般クラス 5月期カリキュラム 「ボレーの基本」

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
初級	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
初中級	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 ラリーを続けよう	まとめ ゲーム練習
中級	ローボレー 強化週間	ミドルボレー 強化週間	ドライブボレーに チャレンジ！	まとめ ゲーム練習
中II・上級	ラケットを動かす？ 止める？	打球方向に 詰めよう	コースへ誘う ボレーコントロール	まとめ ゲーム練習
トーナメントI	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
トーナメントII シングルス専科	担当コーチの判断でテーマを設定します。			

※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。

# 森林校スクール生限定



## ゲームの日 (2週目と4週目)

マナーやルール、ポジションなどを楽しみながら学びましょう！！

受付開始 5月17日 (日) AM10:00~

日程	曜日	時間	レベル	定員
5/26	火I	21:50~23:10	中Ⅱ~	8名⇒6名
5/27	水C	12:50~14:10	中級~	8名⇒6名
5/27	水I	21:50~23:10	初中~中級	8名⇒6名
5/29	金I	21:50~23:10	中Ⅱ~	8名⇒6名
6/9	火I	21:50~23:10	初中~中級	8名⇒6名
6/10	水C	12:50~14:10	初中~中級	8名⇒6名
6/10	水I	21:50~23:10	初中~中級	8名⇒6名
6/12	金I	21:50~23:10	中級~	8名⇒6名

参加費 : 振替/1回 or 1,000円 (税抜き) /1回

- 申し込み人数が3人に満たない場合は、中止とさせていただきますのであらかじめご理解の程、  
お願い申し上げます。(前日の19:00に決定致します。)

