



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 7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。  
※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もございます。  
※4名以下のクラスは移動をお願いすることがあります。

※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。)

	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	トーナメント	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	トーナメント	榊山	濱田	神野	新田	伊藤	曾我	能野
10:55	入	初	グラ	上	入	初	初	中	入	初	10:55	中	初	初	中	中	入	中	グラ	中
12:15	濱田	曾我	林	伊藤	榊山	曾我	林	山本	高井	山口	11:45	新田	榊山	神野	漆間	濱田	曾我	新田	伊藤	能野
12:50	トーナメント	中	トーナメント	トーナメント			トーナメント	中	入	ゲームの日	中	トーナメント	トーナメント	入		中	初		中	トーナメント
14:10	林	安田	曾我	伊藤	13:20	体験	トーナメント	神野	榊山	2週目	山口	トーナメント	トーナメント	榊山	13:20	体験	トーナメント	林	安田	
14:15	トーナメント	初	入	トーナメント	トーナメント	エバー	中	トーナメント	トーナメント	トーナメント	中	トーナメント	中	トーナメント	トーナメント	トーナメント	初	エバー	トーナメント	上
15:35	加藤	伊藤	安田	林	曾我	榊山	高井	新田	新田	能野	余語	加藤	神野	トーナメント	トーナメント	曾我	曾我	伊藤	高井	能野
15:40	イエロー	グリーン	オレンジ	レッド		P	オレンジ	レッド	グリーン	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
16:30	安田	濱田	伊藤	東壘	曾我	新田	神野		榊山	新田	伊藤		濱田	林	曾我	東壘		加藤	林	東壘
16:35	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
17:25	井手	林	濱田	東壘	榊山	神野	東壘		加藤	伊藤	山口		濱田	東壘	神野	安田	伊藤	林	東壘	
17:30	P	イエロー	オレンジ	グリーン	S	イエロー	オレンジ	グリーン	P	イエロー	オレンジ	グリーン	イエロー	グリーン	オレンジ	レッド	イエロー	オレンジ	グリーン	
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	榊山	林	神野	東壘	加藤	伊藤	山本	
19:00	初	U18 II	18:30	U18 I	入	18:30	U18 I	長谷川	初	18:30	U18 I	こうすけ		18:30	U18 I	林				
20:20	安田	井手	加藤		新田	19:50			余語	19:50			こうすけ	曾我	神野	井手	加藤			
20:25	入	初	中	中	初	初	中	中	初	初	中	中	入	初	初	中	入	初	中	中
21:45	安田	林	井手	加藤	神野	長谷川	新田	堀内	伊藤	山口	こうすけ	加藤	こうすけ	曾我	神野	井手	山本	加藤	新田	林
21:50					ゲームの日	入	中	中	ゲームの日	シラ	初	中	初	中	中	中	ゲームの日	シラ	初	中
23:10					長谷川	新田	神野		加藤	伊藤	秋田		安田	こうすけ	井手		林	山本	秋田	

	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	
9:10		榊山	漆間	加藤	8:15	神野	新田	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	英樹	新田	10:55	体験	初	中
12:20	J11	伊藤	加藤	林	英樹	12:20	伊藤	こうすけ	能野
12:30	J0	林	英樹	東壘	伊藤	12:30	中	初	体験
13:25	J1	新田	加藤	東壘	伊藤	13:25	長谷川	濱田	神野
14:15	J2	林	加藤	新田	東壘	13:50	初	初	体験
15:10	J3	安田	榊山	東壘	伊藤	14:20	神野	能野	伊藤
16:05	J4	伊藤	東壘	安田	榊山	15:15	神野	能野	こうすけ
16:35	J5	伊藤	東壘	安田	榊山	15:20	神野	濱田	伊藤
17:00	J6	伊藤	東壘	安田	榊山	16:05	神野	濱田	伊藤
17:55	J7	伊藤	東壘	安田	榊山	16:40	神野	濱田	伊藤
18:00	U18 I				16:45	初	中	体験	
18:25	伊藤				17:05	初	中	体験	
19:20	U18 II				18:05	濱田	新田	こうすけ	
19:25	英樹	こうすけ	伊藤	新田	18:30	ゲームの日	ゲームの日	18:30	
20:45	入	初	中	上	初級	初級	中級	体験	
20:50	伊藤	こうすけ	英樹	幸島	6月期・7月期限定	毎週開催!			
22:10									

7月期の休会・退会の受付は終了しております。8月期の休会・退会の受付は7月22日(水)まで、9月期の休会・退会の受付は8月21日(金)までとなります。

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

7:20~21:40  
7:20~22:25  
7:20~18:00  
7:20~18:40

# スクールカレンダー

**7月期** 7月12日(日)～8月8日(土)

日	月	火	水	木	金	土
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	1
2	3	4	5	6	7	8

**8月期** 8月9日(日)～9月5日(土)

日	月	火	水	木	金	土
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	3	4	5

 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。

- 8月期の休会・退会の受付は7月22日(水)までとなります。
- 9月期の休会・退会の受付は8月21日(金)までとなります。
- 8月13日(木)～8月15日(土)は通常営業ですが、お盆期間の為、該当日の在籍クラスをお休みされる場合は無料振替させていただきます。

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

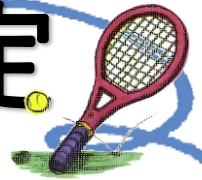
# 一般クラス 7月期カリキュラム 「スマッシュ」

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	基本をマスター 打点を覚えよう	基本をマスター フットワーク	コンビネーション ボレー&スマッシュ	まとめ ゲーム練習
初中級	リストワークを マスターしよう	後ろへ下がって スマッシュしよう	コースを狙って 打ち分けよう	まとめ ゲーム練習
中級	タイミングよく 力を伝えよう	回転をかけて コントロールUP!	スマッシュのコースで ペアのポジショニング	まとめ ゲーム練習
中II・上級	足元の処理からの スマッシュ	ネットへ詰めてからの スマッシュ	並行陣での スマッシュ	まとめ ゲーム練習
トーナメントI	対並行陣 センターセオリー	対並行陣 沈めてから攻める	対並行陣 ロブを絡めて崩す	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（開催日程表）

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 7月8日（水）AM10:00～

曜日	時間	設定		日程			
				1週	2週	3週	4週
火I	21:50～23:10	定員	8名		7/21 初中～中		8/4 中～
水C	12:50～14:10	定員	8名		7/22 中～		8/5 初中～中
水I	21:50～23:10	定員	8名		7/22 初中～中		8/5 中～
金I	21:50～23:10	定員	8名	7/17 初中～中	7/24 中～	7/31 初中～中	8/7 中～
日G	18:30～19:50	定員	8名	7/12 初中～中級	7/19 入門～初級	7/26 初中～中級	8/2 入門～初級
日G	18:30～19:50	定員	8名	7/12 中II級～	7/19 中～	7/26 中II級～	8/2 中～

- 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。予め承知の上、お申し込み下さい。
- 定員による開催の有無は、前日の19:00に決定致します。

**参加費** : 振替/80分1回分 or 1,000円（税抜き）/1回  
振替/50分は、2回分で参加していただけます。

