



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 8月期 タイムテーブル

S・・・ジュニアサッカースクール

※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。)

M・・・メンバーズレッスン

※入門クラスは50分で行います。

P・・・ペアレッスン

※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。

	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	榊山	漆間	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	10:55 体験	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	新田	伊藤	曾我	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	トーナメント	トーナメント	入	ゲームの日	中	トーナメント	トーナメント	入	中	トーナメント	初	中	中	トーナメント
14:10	トーナメント	濱田	曾我	伊藤	13:20 体験	トーナメント	トーナメント	トーナメント	榊山	2週目	山口	トーナメント	トーナメント	曾我	濱田	林	新田	伊藤	加藤	トーナメント
14:15	初	トーナメント	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	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	グリー	上
15:35	伊藤	加藤	林	東	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	トーナメント	曾我	伊藤	高井	能野
15:40	グリーン	オレンジ	レッド	レッド	P	オレンジ	レッド	レッド	グリーン	オレンジ	レッド	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	レッド
16:35	グリーン	オレンジ	オレンジ	オレンジ	グリーン	オレンジ	レッド	レッド	イエロー	オレンジ	グリーン	グリーン	P	グリーン	オレンジ	グリーン	グリーン	オレンジ	レッド	レッド
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	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	曾我	神野	東	加藤	伊藤	山本	東
19:00	初	U18 II	18:30 U18 I	加藤	入	18:30 U18 I	長谷川		初	18:30 U18 I	榊山		18:30 U18 I	榊山	中	中	U18 II	18:30 U18 I	林	
20:20	濱田	こうすけ	19:50		新田	19:50			余語	19:50			濱田	林			加藤	19:50		
20:25	入	中	中		初	初	中	中	初	初	中	中	入	初	初	中	入	初	中	中
21:45	伊藤	林	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	林	山本	加藤	新田	林
21:50					入	中	中		ゲームの日	初	中	中	初	中	中	中	ゲームの日	初	中	中
23:10					長谷川	新田	神野		高木	加藤	伊藤	秋田	榊山	こうすけ	曾我		高木	林	山本	秋田
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	中	中	中
9:10	榊山	漆間	加藤	加藤	神野	濱田	新田	伊藤
9:15	初	初	中	中	入	中	中	中
10:35	林	漆間	加藤	山口	10:05 体験	神野	こうすけ	能野
11:00	J10	初	中	中	10:40	初	初	中
12:20	J11	伊藤	加藤	林	11:30	伊藤	こうすけ	能野
12:30	J0	林	英樹	東	12:30	中	初	体験
13:25	J1	新田	加藤	東	13:25	中	初	体験
14:15	J2	林	加藤	加藤	13:50	初	初	体験
15:10	J3	伊藤	東	東	14:20	神野	能野	伊藤
16:05	J4	伊藤	東	東	15:15	神野	濱田	伊藤
16:35	J5	伊藤	東	東	15:20	U18 I	中	伊藤
17:00	J6	伊藤	東	東	16:05	神野	濱田	伊藤
17:55	J7	伊藤	東	東	16:40	神野	濱田	伊藤
18:00	J8	伊藤	東	東	16:45	初	中	伊藤
18:25	J9	伊藤	東	東	17:05	初	中	伊藤
19:20	J10	伊藤	東	東	17:55	初	中	伊藤
19:25	J11	伊藤	東	東	18:00	初	中	伊藤
20:45	J12	伊藤	東	東	18:05	初	中	伊藤
20:50	J13	伊藤	東	東	18:25	初	中	伊藤
22:10	J14	伊藤	東	東	18:50	初	中	伊藤
7:20~21:40	7:20~21:40				7:20~18:00			
7:20~22:25	7:20~22:25				7:20~18:40			

8月期の休会・退会の受付は終了しております。9月期の休会・退会の受付は8月21日(金)まで、10月期の休会・退会の受付は9月15日(火)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



スクールカレンダー

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

9月期 9月6日(日)～10月3日(土)

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	1	2	3

 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。

- 9月期の休会・退会の受付は8月21日(金)までとなります。
- 10月期の休会・退会の受付は9月15日(火)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。



LONG WOOD
TENNIS CLUB

一般クラス 8月期カリキュラム 「サーブ&レシーブ」

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・バックボレー フォアストローク サーブ①	ボレーのおさらい フォア・バックストローク・サーブ②	ボレーのフットワーク ストロークでのグリップチェンジ	今月のまとめ 楽しくラリーをしよう
初級	サーブは簡単！ 打点を覚えよう	レシーブは簡単！ リズムを覚えよう	サーブもレシーブも コースを狙ってみよう	まとめ ゲーム練習
初中級	スライスサーブ ボールのどこを打つ？	レシーブのテンポを 変えてみよう	1st・2ndサーブ 打ち分けてみよう	まとめ ゲーム練習
中級	身体の使い方を意識して パワーアップ！	スライス・スピン 回転をかけるコツ	変化のあるサーブに レシーブで対応しよう	まとめ ゲーム練習
中II・上級	サービスダッシュの レベルアップ	リターンダッシュの レベルアップ	サービスVSリターン ダッシュからの攻防	まとめ ゲーム練習
トーナメントI	サービスダッシュ 1stボレーのコース	サービスダッシュ後の ポジショニング	サービスダッシュに対する リターンゲーム	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、楽しみながら学びましょう！！

受付開始 8月9日（日）AM10:00～

曜日	時間	設定		日程			
				1週	2週	3週	4週
水C	12:50～14:10	定員	8名	/	8/19 中～	/	9/2 初中～中
水I	21:50～23:10	定員	8名	8/12 中～	8/19 初中～中	8/26 中～	9/2 初中～中
金I	21:50～23:10	定員	8名	8/14 初中～中	8/21 中～	8/28 初中～中	9/4 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/1回 or 1,000円(税抜き)/1回

