

	月	火	水	木	金						
	インドアテニススクール ロングウッド鈴鹿					10月期タイムテーブル	2020				
9:40 A 11:00	S I 谷口(康)	S III 山田	S I 三村	S II 山田	S II 杉本	S III 林	S I 杉本	S II 三村	S II 林	S III 三村	9:40 A 11:00
11:10 B 12:30	ビギナー 谷口(康)	S II 山田	ビギナー 山田	S III 三村	S I 杉本	S II 林	ビギナー 杉本	S III 三村	ビギナー 杉本	S I 三村	11:10 B 12:30
12:40 C 14:00	S III 杉本	ゲーム 山田	S I 森清	S II 山田	S I 杉本	ゲーム 谷口(康)	S II 杉本	テーマ	S II 杉本	ゲーム 林	12:40 C 14:00
14:10 D 15:30	S I 谷口(康) (杉本)	レンタル 80分	S I 森清	レンタル 80分	S II 林	テーマ	S II 谷口(康)	ゲーム 森清	ビギナー 森清	レンタル 80分	14:10 D 15:30
15:40 JD	レンタル 50分	レンタル 50分	レンタル 50分	レンタル 50分	R 林 O 谷口(康)	G 杉本	レンタル 50分	レンタル 50分	レンタル 50分	レンタル 50分	15:40 JD
16:40 JE	O 杉本	Y 山田	G 山田	Y 森清	O 谷口(康)	G 林	O 杉本	Y 谷口(康)	R 森清 O 山田	G 杉本	16:40 JE
17:40 JF	G 山田	Y 杉本	O 森清	G 山田	O 杉本	Y 林	O 杉本	G 谷口(康)	レンタル 50分	Y 杉本	17:40 JF
18:40 G 20:00	U-16 山田	PL 谷口(康) (杉本)	S I 山田	S II 谷口(幸)	S II 杉本	PL 谷口(康)	ビギナー 杉本	S III 森清	U-16 山田	PL 森清	18:40 G 20:00
20:10 H 21:30	ビギナー 杉本	S II 鈴木	ビギナー 森清	S I 鈴木	S II 鈴木	S III 谷口(康)	S I 谷口(康)	S II 森清	ビギナー 森清	S III 山田	20:10 H 21:30
21:40 I 23:00	S I 杉本	S III 鈴木	S I 鈴木	S II 森清	ビギナー 鈴木	S I 谷口(幸)	S I 森清	S III 谷口(康)	S I 森清	S II 山田	21:40 I 23:00

※10月期のスクールは、10月4日(日)からスタートです！

※11月期の休会・退会の受付は10月15日(火)までとなります。

※テーマレッスンを行いますので是非ご参加ください。詳しくは店内POPにて
 ※11月1日(日)～3日(水)は、イベント等開催の為スクールはございません。

※Jr体験キャンペーンがありますので、お知り合いの子をぜひお誘いください。

ロングウッドは皆様のおかげで「40周年！」

	土	日			
8:30 S 9:50	S I 杉本	S II 林	S I 山田	S II 谷口(康)	8:30 S 9:50
10:00 A 11:20	S II 杉本	S III 林	ビギナー 森清	S III 山田	10:00 A 11:20
11:30 B 12:50	ビギナー 杉本	S II 森清	S I 森清	S II 谷口(康)	11:30 B 12:50
13:00 JA 14:00	R 山田 O 森清	P 林	レンタル 50分	S I 谷口(康)	13:00 C 14:20
14:00 JB 15:00	O 杉本	G 山田	O 山田	S II 森清	14:30 D 15:50
15:00 JC 16:00	G 杉本	Y 山田	G 谷口(康)	森清	16:00 E 17:20
16:00 JD 17:00	O 杉本	G 森清	Y 森清	S III 山田	17:30 F 18:50
17:00 JE 18:00	O 谷口(康)	Y 山田	U-16(女子) 森清	U-16(男子) 山田	18:00 G 19:20
18:00 G 19:20	U-16 山田	PL 谷口(康)	PL 谷口(康) 鬼頭		19:00 G 20:20
19:30 H 20:50	ビギナー 森清	S II 山田	<div style="border: 1px solid black; width: 50px; height: 30px; margin: 0 auto;"></div> ↓ 先月から今月の変更クラスです。		
21:00 I 22:20	S II 谷口(康)	S III 森清			

定員 【一般,P】8名(コーチ2名=12名)
 【Jr U-16】10名(コーチ2名=14名)(R=6名 PL=12名)

HP <http://longwood.co.jp>

HP内にお得な情報や、スタッフブログ
 タイムテーブル、ネットショップなど

tel 059-381-4440

スクールカレンダー

10月期 10月4(日)～10月31日(土)

日	月	火	水	木	金	土
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	31

11月期 11月4(水)～12月1日(火)

日	月	火	水	木	金	土
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	27	28
29	30	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。

- 11月期の休会・退会の受付は10月15日(木)までとなります。
- 12月期の休会・退会の受付は11月15日(日)までとなります。
- 11月1日(日)～3日(火)はスクールはお休みです。

イベント等を開催！お楽しみに！

インドアテニススクール

ロングウッド鈴鹿

10月期テーマ「ネットプレーの上達」

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・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
S1	ボレーの基本は 構えが大事	フットワークで安定感 ステップをしよう！	コースを変えて 決めるボレー	まとめ ゲーム練習
S2	ラケットは横に動かす？ 縦に動かす？	アングルボレーで 簡単に決めよう！	アプローチ後の ボレー・スマッシュ	まとめ ゲーム練習
S3	パンチボレー！ インパクトに集中！	ミスの少ない スマッシュ！	カットボレーから ネットプレー勝負！	まとめ ゲーム練習

※毎週の「テーマ」は決まっていますが、S1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。