

12月タイムテーブル

	月	火	水	木	金	土	日														
8:20	S	55歳からの らくらくテニス 岡部				8:20	55歳からの らくらくテニス 岡部	8:00	S	S II	S III	8:00	S	S I	S II						
9:40		★振替がスムーズに取れるよう、休みの連絡をしていただくようお願いします。				9:40		9:20	S	大島	一柳	9:20	S	曾我	早川(原)						
9:45	A	S I 英樹	S II 曾我	10:15 入門 英樹	S II 曾我	10:15 入門 一柳	S I 大島	S I 大島	S II 曾我	10:15 入門 岡部	S III 英樹	9:25	A	S I 大島	S II 一柳	9:25	A	S I 大島(原)	S III 曾我(早川)		
11:05	B	レンタル コート 40分 50分 80分	S II 英樹	S I 英樹	S III 曾我	S I 一柳	S II 大島	入門 大島	S I 曾我	S I 英樹	S II 岡部	10:45	B	入門 大島	S III 能野	10:45	B	S II 大島(原)	S III 一柳		
12:30		レンタル コート 40分	レンタル コート 40分	レンタル コート 40分	レンタル コート 40分	レンタル コート 40分	レンタル コート 40分	レンタル コート 40分	レンタル コート 40分	レンタル コート 40分	レンタル コート 40分	12:10	JO	レッド 大島	オレンジ 一柳(颯人)	12:10	JO	オレンジ 曾我	入門 一柳		
13:10	C	入門 英樹	S III 曾我	入門 曾我	S I 英樹	ゲームⅡ 大島	ゲームⅢ 早川	S II 大島	ゲームⅢ 曾我	S II 英樹	ゲームⅢ 大島	13:00	C	グリーン 一柳	S II 能野	13:05	J0	レッド 曾我	オレンジ 早川(原)	グリーン 大島	
14:30												13:05	J1	一柳	S II 能野	13:55	J1	曾我	早川(原)	大島	
14:35	D	S II 一柳	ゲームⅢ 英樹	S II 曾我	S III 加藤	入門 早川	S III 一柳	入門 一柳	ゲームⅢ 大島	入門 早川	レンタル コート 40分 50分 80分	14:00	J2	イエロー 一柳(颯人)	S II 大島	14:00	J2	オレンジ 大島(原)	グリーン 一柳		
15:55												14:00	J2	一柳(颯人)	S II 大島	14:50	J3	オレンジ 曾我(原)	入門 早川		
16:00	J4	16:10~ レッド 曾我	オレンジ 一柳	16:10~ レッド 英樹	オレンジ 加藤	16:10~ レッド 一柳	オレンジ 大島	16:10~ レッド 曾我	オレンジ 英樹	16:10~ レッド 曾我	オレンジ 早川	15:05	D	レッド 能野	オレンジ 山本	15:45	D	曾我(原)	入門 早川		
16:50	J5	オレンジ 曾我	グリーン 英樹(一柳)	オレンジ 英樹	グリーン 曾我	オレンジ 一柳	グリーン 早川	オレンジ 一柳(英樹)	グリーン 大島	オレンジ 曾我	グリーン 大島(早川)	15:50	J3	能野	山本	15:50	E	S I 一柳(木股)	S II 早川		
16:55												16:00	J4	オレンジ 大島(颯人)	グリーン 能野(岸野)	ベアレンツ 山本	16:50	J4	大島(颯人)	能野(岸野)	山本
17:45	J6	ベアレンツ 英樹	イエロー 一柳	オレンジ 曾我	イエロー 加藤	グリーン 早川	イエロー 大島	オレンジ 大島(颯人)	イエロー 曾我	グリーン 早川	イエロー 曾我	16:55	E	オレンジ 岸野	グリーン 一柳	入門 山本	17:10	J5	岸野	一柳	山本
17:50												17:45	J5	ベアレンツ 一柳	イエロー 大島(颯人)	17:15	J6	イエロー 一柳	U18(I)		
18:40												17:50	J6	一柳	大島(颯人)	18:15	J6	一柳	大島(木股)		
18:50	G	レンタル コート 40分 50分 80分	U18(I)	19:20~ 入門 曾我	U18(I)	U18(I)	S III 一柳	S I 颯人	S II 一柳	19:20~ 入門 曾我	U18(II)	18:40	J6	一柳	大島(颯人)	18:35	F				
20:10												18:40	G	U18(I)	U18(II)	18:40	G	U18(I)	U18(II)		
20:15	H	S I 一柳(颯人)	S II 木股	S II 岸野	S III 加藤	S I 早川	S II 岸野(原)	入門 木股	S I 一柳(颯人)	S II 曾我	S III 大島(早川)	20:00	G	岸野(颯人)	能野	20:00	G	一柳	木股		
21:35												20:10	H	S I 岸野	S II 山本(颯人)	ロングウッドがネットショップをOPEN! http://longwood.shop2.makeshop.jp/					
21:40	I	S I 木股	S III 一柳	S I 岸野	S III 加藤	S I 岸野	S III 早川	S II 木股	S III 一柳	レンタル コート 40分 50分 80分	S II 早川	21:35	I	S I 山本	S III 岸野	インドアテニススクール ロングウッド多治見 (0572)29-5002					
23:00												21:40	I	山本	岸野	QRコード					

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

<http://www.longwood.co.jp/mobile/>(携帯)



レンタルコート(要予約)

・ビジター 80分 ¥3,960(税込) 50分 ¥2,530(税込) 40分 ¥1,980(税込)

・スクール生 80分 ¥2,750(税込) 50分 ¥1,760(税込) 40分 ¥1,430(税込)

※4名以下のクラスは、クラスの変更をお願いする事があります。

※担当コーチは都合により変更になる場合がございます。予め御了承ください。

スクールカレンダー

12月期 11月29(金)～11月26(木)

日	月	火	水	木	金	土
					29	30
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	31				

1月期 1月5(日)～2月1(土)

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	31	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。

- 休会・退会の受付は前月15日までとなります。
- 12/27(金)～1/4(土) 年末年始の休み
- 1/13(祝・月) イベント

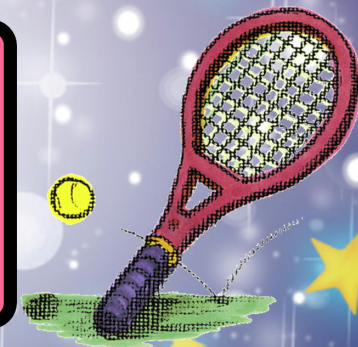
インドアテニススクール

ロングウッド多治見

楽しく上達!
インドアテニススクール
ロングウッド!

一般クラスレッスンテーマ

12月期テーマ ゲームを楽しもう



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
ステップⅠ	ラリーを続ける為には 高さのコントロール	ボレーを決める為には ネットへ詰める動き	前衛と後衛の ポジションチェンジ	今月のまとめ ゲーム練習
ステップⅡ	強弱をつけて ボレーをしよう	ネットプレーでの 攻守の立ち位置	ロブケアからの 並行陣展開	今月のまとめ ゲーム練習
ステップⅢ	並行陣に対する ストロークの配球	雁行陣に対する ネットプレーの配球	並行陣同士の 攻守の展開	今月のまとめ ゲーム練習
ゲームⅢ	サービスダッシュからの ゲーム展開	リターンダッシュからの ゲーム展開	並行陣を崩す為の 配球を意識	今月のまとめ ゲーム練習

※毎週の「テーマ」は決まっていますが、SⅠ（初級・初中級）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。



ジュニアクラスレッスンテーマ

今月の第4週は
進級テストだよ!!

12月期テーマ **進級テスト**



	メインテーマ	第1週目	第2週目	第3週目	第4週目
レッド	テストに ちょうせん	進級テスト①	進級テスト②	進級テスト③	進級テスト
オレンジ	テストに ちょうせん	進級テスト①	進級テスト②	進級テスト③	進級テスト
グリーン	テストに 合格	進級テスト①	進級テスト②	進級テスト③	進級テスト
イエロー	テストに 合格	進級テスト①	進級テスト②	進級テスト③	進級テスト

※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。