

2月期タイムテーブル

	月	火	水	木	金	土	日			
8:20	S	★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。				S	S II 早川	S III 一柳		
9:40							S I 一柳	S II 大島(原)		
9:45	A	S I 英樹	S II 岡部	S II 入門 英樹	S II 入門 一柳	S I 大島	S I 大島	S II 早川		
11:05							S I 早川	S II 一柳(颯人)		
11:10	B	S II 英樹	S III 大島	S I 一柳	S II 大島	S I 早川	S I 英樹	S II 神野		
12:30							B	S II 大島(原)	S III 早川	
13:10	C	S III 神野	S I 英樹	ゲームII 大島	ゲームIII 早川	S II 大島	ゲームIII 大島	ゲームIII 大島		
14:30							J0	レッド 早川	オレンジ 一柳(颯人)	
14:35	D	S II 一柳	ゲームIII 英樹	S II 英樹	S III 加藤	S III 一柳	S III 大島	S II 大島		
15:55							J1	グリーン 一柳(颯人)	S II 能野	
16:00	J4	レッド 神野	オレンジ 一柳	レッド 大島	オレンジ 加藤	レッド 一柳	オレンジ 大島	レッド 早川	オレンジ 英樹	
16:50	J5	オレンジ 神野	グリーン 英樹(一柳)	オレンジ 英樹	グリーン 大島	オレンジ 一柳	グリーン 早川	オレンジ 一柳(英樹)	グリーン 早川	
17:45	J6	ベアレンツ 英樹	イエロー 神野	オレンジ 大島	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 早川	
18:50	G	U18(I)	U18(I)	U18(I)	S III 一柳(原)	S I 颯人	S II 一柳	S II 神野(岸野)	S III 大島(早川)	
20:10							J2	イエロー 一柳	S II 能野	
20:15	H	S I 神野(颯人)	S II 一柳(木股)	S II 岸野	S III 加藤	S I 早川	S II 岸野(原)	S I 木股	S II 一柳	
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	
23:00							J3	レッド 能野	オレンジ 山本	S II 早川(颯人)
							J4	オレンジ 早川(颯人)	グリーン 能野(岸野)	ベアレンツ 山本
							J5	オレンジ 岸野	グリーン 一柳	入門 山本
							J6	ベアレンツ 早川	イエロー 一柳(颯人)	
							G	U18(I)	U18(II)	
							H	S I 岸野	S II 山本	
							I	S I 山本	S III 岸野	



ロングウッドがネットショップをOPEN!
<http://longwood.shop2.makeshop.jp/>

インドテニススクール
ロングウッド多治見
 (0572)29-5002



レンタルコート(要予約)
 ・ビジター 80分¥3,960(税込) 70分¥3,520(税込) 60分¥3,080(税込) 50分¥2,640(税込) 40分¥2,200(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。
 ・スクール生 80分¥2,750(税込) 70分¥2,420(税込) 60分¥2,090(税込) 50分¥1,760(税込) 40分¥1,430(税込) ※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。

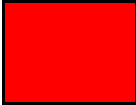
スクールカレンダー

2月期 2月2(日)～2月29(土)

日	月	火	水	木	金	土
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

3月期 3月1(日)～3月28(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						

 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。
- 2/11(祝・火) イベント
- 3/29(日) 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カリキュラム

2月期テーマ「バックボレーの上達」



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
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	グリップの握り方に 着目して打点の確認	ボレーは簡単! コースを打ち分けてみよう	タイミング良く パンチを加えよう	今月のまとめ ゲーム練習
ステップⅡ	打点の距離感 低い・高い・遠い・近い	負けない形を覚えて 脱・苦手意識	決めるボレーの バリエーションを増やそう	今月のまとめ ゲーム練習
ステップⅢ	回転量で 勢いを変えよう	ハイボレーで 3コースの打ち分け	並行陣VS並行陣 バックボレーを駆使して	今月のまとめ ゲーム練習
ゲームⅢ	サービスダッシュ 1stボレーのコース	サービスダッシュ 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	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3週は
参観日だよ♪



2月期テーマ ネットプレー

	メインテーマ	第1週目	第2週目	第3週目	第4週目 バッジチャレンジ
レッド	きほんをおぼえよう	ボールキャッチ	さゆうのうごき	ねらってうとう	バックハンドで5かいのうち3かいラケットにあてる
オレンジ	ボレーにでよう	フォアハンド・バックハンドの面	ストロークからボレー	左右の打ち分け	5回中3回コートに入れる
グリーン	ダブルスをしよう	ネットに近づいて打とう	ポーチボレー	ボレー・スマッシュのコンビネーション	スマッシュが5回中3回ネットを越える
イエロー	コースをつこう	決めるボレー	左右の打ち分け	スマッシュ	アプローチと1stボレーがネットを越える

※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。