

2022年 1月期レッスンスケジュール

		月	火	水	木	金	土		日												
8:20	S	55歳からの らくらくテニス 岡部	★ご来場時のマスク着用をお願いいたします。 ★休憩後は必ずストレッチをし、怪我なく楽しみましょう。				8:20	55歳からの らくらくテニス 岡部	8:00	S II 伊佐治	S III 一柳	8:00	S	S I 一柳(小嶋)	S II 大島(神野)						
9:40	A	10:15 入門 英樹	S II 岡部	10:15 入門 英樹	S II 大島	10:15 入門 一柳	S I 大島	S II 早川	S I 岡部	S III 英樹	9:25	A	S I 一柳 (伊佐治)	S II 早川(原)	9:25	A	S I 大島(小嶋)	S III 一柳(早川)			
11:05	B	10:15 入門 英樹	S II 英樹	S I 英樹	S III 大島(神野)	S I 一柳	S II 大島	入門 大島	S I 早川	S I 英樹	S II 神野	10:45	B	入門 原	S III 早川	10:45	B	S II 大島(神野)	S III 早川		
12:30	C	レンタルコート ＜開講クラス募集＞	S II 英樹	S I 英樹	S III 大島(神野)	S I 一柳	S II 大島	入門 大島	S I 早川	S I 英樹	S II 神野	12:10	JO	レッド 伊佐治	オレンジ 一柳	グリーン 早川(原)	12:10	JO	オレンジ 神野	入門 一柳(小嶋)	
13:10	D	レンタルコート ＜開講クラス募集＞	S I 英樹	S III 神野	入門 佐野	S I 英樹	S II 大島	ゲームⅢ 早川	S II 大島	ゲームⅢ 早川	S II 英樹	ゲームⅢ 神野	13:00	C	オレンジ 佐野	S II 英樹 (伊佐治)	13:05	J1	レッド 一柳	オレンジ 早川	グリーン 大島(神野)
14:30	E	レンタルコート ＜開講クラス募集＞	S II 一柳	ゲームⅢ 英樹	S II 神野	S III 大島	入門 早川	S III 一柳	入門 神野	ゲームⅢ 一柳	入門 早川	レンタルコート ＜開講クラス募集＞	13:05	J2	イエロー 佐野	14:00	J2	オレンジ 大島	グリーン 早川(小嶋)		
14:35	F	レンタルコート ＜開講クラス募集＞	S II 一柳	ゲームⅢ 英樹	S II 神野	S III 大島	入門 早川	S III 一柳	入門 神野	ゲームⅢ 一柳	入門 早川	レンタルコート ＜開講クラス募集＞	13:55	J3	レッド 早川 (伊佐治)	オレンジ 英樹 (原)	14:00	J3	オレンジ 小嶋	入門 神野	イエロー 一柳
15:55	G	16:10～ レッド 神野	オレンジ 一柳	16:10～ レッド 大島	オレンジ 佐野	16:10～ レッド 一柳(原)	オレンジ 大島	16:10～ レッド 早川	オレンジ 英樹	16:10～ レッド 神野	オレンジ 早川	15:05	D	レッド 早川 (伊佐治)	オレンジ 英樹 (原)	15:05	D	オレンジ 小嶋	入門 神野	イエロー 一柳	
16:00	H	16:10～ レッド 神野	オレンジ 一柳	16:10～ レッド 大島	オレンジ 佐野	16:10～ レッド 一柳(原)	オレンジ 大島	16:10～ レッド 早川	オレンジ 英樹	16:10～ レッド 神野	オレンジ 早川	15:55	J4	オレンジ 原 (伊佐治)	グリーン 佐野	ペアレンツ 英樹	15:50	E	S I 一柳(小嶋)	U18(I) 早川 (原/伊佐治)	
16:55	I	オレンジ 神野	グリーン 英樹	オレンジ 神野	グリーン 英樹	オレンジ 一柳	グリーン 早川(原)	オレンジ 一柳	グリーン 英樹	オレンジ 神野(小嶋)	グリーン 大島(早川)	16:00	J5	オレンジ 一柳	グリーン 原	入門 英樹	16:55	F	U18(I) 神野 (原/伊佐治)	U18(II) 早川	
17:45	J	ペアレンツ 英樹	イエロー 神野	オレンジ 英樹	イエロー 佐野	グリーン 早川	イエロー 大島	オレンジ 大島(早川)	イエロー 神野	グリーン 早川	イエロー 大島(小嶋)	16:55	J6	ペアレンツ 早川	イエロー 一柳	17:45	G	U18(I) 早川(原)	U18(II) 佐野		
18:40	K	19:20～ 入門 一柳	U18(I) 伊佐治	19:20～ 入門 神野	U18(I) 英樹 (伊佐治)	U18(I) 原	S III 一柳	S I 早川(小嶋)	S II 一柳(神野)	19:20～ 入門 神野	レンタルコート ＜開講クラス募集＞	17:50	H	ペアレンツ 早川	イエロー 一柳	17:50	H	S I 英樹	S II 佐野		
18:50	L	19:20～ 入門 一柳	U18(I) 伊佐治	19:20～ 入門 神野	U18(I) 英樹 (伊佐治)	U18(I) 原	S III 一柳	S I 早川(小嶋)	S II 一柳(神野)	19:20～ 入門 神野	レンタルコート ＜開講クラス募集＞	18:40	I	ペアレンツ 早川	イエロー 一柳	18:40	I	S I 英樹	S II 佐野		
20:10	M	S I 神野 (伊佐治)	S II 一柳	S II 神野	S III 佐野 (伊佐治)	S I 早川	S II 原	入門 神野	S I 一柳(小嶋)	S II 神野(小嶋)	S III 大島(早川)	20:10	J	ペアレンツ 早川	イエロー 一柳	20:10	J	S I 英樹	S II 佐野		
20:15	N	S I 神野 (伊佐治)	S II 一柳	S II 神野	S III 佐野 (伊佐治)	S I 早川	S II 原	入門 神野	S I 一柳(小嶋)	S II 神野(小嶋)	S III 大島(早川)	20:15	K	ペアレンツ 早川	イエロー 一柳	20:15	K	S I 英樹	S II 佐野		
21:35	O	入門 伊佐治	S III 一柳	S I 伊佐治	S III 佐野	S I 原	S III 早川	S II 神野	S III 一柳(小嶋)	入門 大島	S II 早川(小嶋)	21:35	L	ペアレンツ 早川	イエロー 一柳	21:35	L	S I 英樹	S II 佐野		
21:40	P	入門 伊佐治	S III 一柳	S I 伊佐治	S III 佐野	S I 原	S III 早川	S II 神野	S III 一柳(小嶋)	入門 大島	S II 早川(小嶋)	21:40	M	ペアレンツ 早川	イエロー 一柳	21:40	M	S I 英樹	S II 佐野		
23:00	Q	～22:30 一柳	S III 一柳	～22:30 一柳	S III 一柳	～22:30 一柳	S III 一柳	～22:30 一柳	～22:30 一柳	～22:30 一柳	～22:30 一柳	23:00	N	～22:30 一柳	S III 一柳	23:00	N	S I 英樹	S II 佐野		

インドアテニススクール
オンパワド多治見
(0572)29-5002



HomePage NetShop Instagram



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)
- ・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)

※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

1 月期 1月5日(水)～2月1日(火)

日	月	火	水	木	金	土
			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	2/1				

2 月期 2月2日(水)～3月1日(火)

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	3/1				

 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。

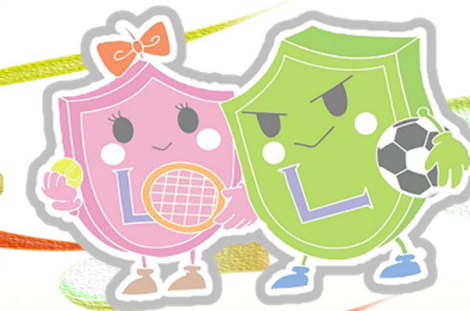
- 2月11日(金)、23日(水)の在籍クラスは無料振替にさせていただきます。
- 2月期の休会・退会の受付は1月15日(土)までとなります。
- 3月期の休会・退会の受付は2月15日(火)までとなります。

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 1月期テーマ「フォアストロークの上達」



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
ステップⅠ	色々なフットワークで 丁寧に打とう	コースの打ち分けを 意識して打とう	ネットを通す高さ を変えてみよう	まとめ ゲーム練習
ステップⅡ	色々な高さを ジャストミートしよう	場所によって 攻守の切り替え	球種の変化で 相手を崩そう	まとめ ゲーム練習
ステップⅢ	タメを作って パワーを伝えよう	チャンスボールを しっかり決めよう	VS並行陣 攻守の切り替え	まとめ ゲーム練習
ゲームⅢ	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

※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。



1月期ジュニアレッスンテーマ…ストローク



	レッド	オレンジ	グリーン	イエロー
テーマ	きほんをおぼえよう	うごきかたをおぼえよう	ラリーを続けるコツ	回転を覚えよう
1週目	コロコロとワンバウンド	うごきだしのきほんスプリットステップ	素早く準備 真ん中に当てよう	スライス回転のポイント
2週目	したからうえにラケットをふろう	したからうえにラケットをふろう	打った後のかまえ直し	トップスピンのポイント
3週目	はなれたボールにおいついてうとう	いっばいうごいてネットをこそう	フットワークを使って返球し続けよう	いろんな回転をかけてラリーする
4週目	バッジチャレンジ	バッジチャレンジ	バッジチャレンジ	バッジチャレンジ
	10かいのうち5かいネットをこそう	10かいのうち5かいコートにいれよう	10球中5球コートに入れよう	10球中5球コートに入れよう

※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。