

2022年 5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				お知らせ: 4月期よりU18(I)/(II)はクラス名が、イエロー②/イエロー③と変わりました。		8:20	55歳からの らくらくテニス 岡部		8:00	S	SⅡ	SⅢ	8:00	S	SⅠ	SⅡ			
9:40								9:40			9:20	S	伊佐治	一柳	9:20	S	神野(小嶋)	大島(榊山)			
9:45	A	10:15	SⅡ	10:15	SⅡ	10:15	SⅠ	SⅠ	SⅡ	SⅠ	SⅢ	9:25	A	SⅠ	SⅡ	9:25	A	SⅠ	SⅢ		
11:05		入門	英樹	入門	英樹	大島	大島	大谷	大谷	岡部	英樹	10:45	A	一柳(大谷)	伊佐治	10:45	A	大島(榊山)	一柳(小嶋)		
11:10	B	英樹	SⅡ	SⅠ	SⅢ	SⅠ	SⅡ	入門	SⅠ	SⅠ	SⅡ	10:50	B	入門	SⅢ	10:50	B	SⅡ	SⅢ		
12:30		英樹	英樹	大島(神野)	大島	大島	大谷	大島	大谷	英樹	神野	12:10	B	原(大谷)	一柳	12:10	B	大島(榊山)	神野		
13:10		レンタルコート <開講クラス募集中>	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	オレンジ	グリーン	12:10	JO	オレンジ	入門	
13:10	C	SⅠ	SⅢ	入門	SⅠ	SⅡ	ゲームⅢ	SⅡ	ゲームⅢ	SⅡ	ゲームⅢ	13:00	JO	伊佐治	大谷	原	13:00	L	神野	一柳(小嶋)	
14:30		英樹	神野	大島	英樹	大島	佐野	大島(大谷)	一柳	英樹	神野	13:05	C	オレンジ	SⅡ	13:05	J1	レッド	オレンジ	グリーン	
14:35	D	SⅡ	ゲームⅢ	SⅡ	SⅢ	入門	SⅢ	入門	ゲームⅢ	入門	ゲームⅢ	13:55	J1	一柳(伊佐治)	佐野	13:55	J1	一柳	榊山	大島	
15:55		一柳	英樹	神野	佐野	一柳	一柳	大谷	一柳	大谷	神野	14:00	J2	イエロー①	14:35~	14:00	J2	オレンジ	グリーン		
16:00	J4	16:10~	レッド	オレンジ	16:10~	レッド	オレンジ	16:10~	レッド	オレンジ	16:10~	レッド	オレンジ	16:00	J2	英樹	初心者 体験	14:50	J2	大島(小嶋)	神野
16:50		神野	一柳	佐野	大島	大谷	英樹	神野	大谷	神野	大谷	15:05	D	大谷(伊佐治)	英樹(原)	15:05	J3	レッド	オレンジ	入門	イエロー①
16:55	J5	オレンジ	グリーン	オレンジ	グリーン	オレンジ	グリーン	オレンジ	グリーン	オレンジ	グリーン	15:55	J3	伊佐治	英樹	15:55	J3	オレンジ	入門	イエロー①	
17:45		神野	英樹	神野	英樹	佐野	一柳	一柳	英樹	神野(小嶋)	大島(大谷)	16:00	J4	原	佐野	大谷	16:00	J4	オレンジ	グリーン	ベアレンツ
17:50	J6	ベアレンツ	イエロー①	オレンジ	イエロー①	グリーン	イエロー①	オレンジ	イエロー①	グリーン	イエロー①	16:50	E	原	佐野	大谷	16:50	E	オレンジ	グリーン	入門
18:40		英樹	神野	英樹	佐野	佐野	大島	大谷	神野	大谷	大島	16:55	J5	一柳(佐野)	原	英樹	17:10	E	一柳(小嶋)	神野(原/伊佐治)	
18:50	G	19:20~	イエロー②	19:20~	イエロー②	イエロー②	SⅢ	SⅠ	SⅡ	19:20~	イエロー②	17:45	J6	ベアレンツ	イエロー①	17:45	J5	オレンジ	グリーン	入門	
20:10		入門	伊佐治	入門	英樹	大島(原)	一柳	神野	一柳(大谷)	神野	大島(小嶋)	17:50	J6	英樹	大谷	17:50	J6	ベアレンツ	イエロー①		
20:15	H	SⅠ	SⅡ	SⅡ	SⅢ	SⅠ	SⅡ	入門	SⅠ	SⅡ	SⅢ	18:40	G	イエロー②	イエロー③	18:40	J6	英樹	大谷		
21:35		神野(伊佐治)	一柳	神野	佐野(伊佐治)	佐野	原	神野	一柳	神野(小嶋)	大島(大谷)	18:50	G	原	佐野	18:50	G	イエロー②	イエロー③		
21:40	I	入門	SⅢ	SⅠ	SⅢ	SⅠ	SⅢ	SⅡ	SⅢ	入門	SⅡ	20:10	H	SⅠ	SⅡ	20:10	H	SⅠ	SⅡ		
23:00		伊佐治	一柳	伊佐治	佐野	原	佐野	神野	一柳	小嶋	大谷	20:15	I	英樹(原)	佐野	20:15	I	英樹(原)	佐野		
		~22:30		伊佐治	佐野	原	佐野	神野	一柳	~22:30	大谷	21:35	I	入門	SⅢ	21:35	I	入門	SⅢ		
												21:40		英樹	佐野	21:40	I	英樹	佐野		
												23:00		~22:30	佐野	23:00	I	~22:30	佐野		

インドアテニススクール
オンライン多治見
(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

5月期 5月6日(金)～6月2日(木)

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	31	1	2		

6月期 6月3日(金)～6月30日(木)

日	月	火	水	木	金	土
					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		

 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。

- 6月期の休会・退会の受付は5月15日(日)までとなります。
- 7月期の休会・退会の受付は6月15日(水)までとなります。

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

5月期テーマ「ボレーの基本」



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	キャッチボールで 感覚を身に着けよう	ボレーは、リズム バランス・タイミング	積極的にボレーを してみよう！	まとめ ゲーム練習
ステップⅡ	深さを出すためには ラケットを動かそう	速いテンポでの コンパクトボレー	浮いたボールを しっかり詰めて決めよう	まとめ ゲーム練習
ステップⅢ	威力のあるハイボレーを しっかり決めよう	打球方向に 詰めよう	予測を立てて ネットプレーをしよう	まとめ ゲーム練習
ゲームⅢ	回転量による スピードの変化で崩す	回転による 高さの変化で崩す	ストローク展開から ネットプレーへ	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。



5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	いっぱ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をする
4週目	メダルチャレンジ ストロークでネットをこそう (10球チャレンジ) 9球以上 金メダル 7球以上 銀メダル 5球以上 銅メダル	メダルチャレンジ ストロークでコートに入れよう (10球チャレンジ) 9球以上 金メダル 7球以上 銀メダル 5球以上 銅メダル	メダルチャレンジ ストロークでコートに入れよう (10球チャレンジ) 9球以上 金メダル 7球以上 銀メダル 5球以上 銅メダル	メダルチャレンジ ストロークでコートに入れよう (10球チャレンジ) 9球以上 金メダル 7球以上 銀メダル 5球以上 銅メダル

※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。