

2025年 6月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		運動前の準備運動やレッスン中でも休憩後のストレッチを マメに行い怪我の防止をご自身でも気を付けてください！						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												S	大島	一柳	S	神野	一柳(松岡)												
9:45	A	10:15 入門 難波		10:15 入門 大島		10:15 入門 一柳		SⅠ	SⅡ	SⅠ	SⅢ	9:25	A	SⅠ	SⅡ	9:25	A	SⅠ	SⅢ										
11:05		岡部		曾我寿		大島		大島	曾我寿	岡部	曾我英	10:45	一柳	大島	10:45	中村(松岡)	一柳												
11:10	B	レンタルコート <開講クラス募集中> 難波		SⅠ		SⅢ		SⅠ		SⅡ		12:10	B	SⅠ		SⅢ		12:10	B	SⅡ		SⅢ							
12:30				曾我寿	大島	一柳	大島	曾我英	岡部	神野(松岡)	中村																		
		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	グリーン	入門 曾我英		12:10	JO	オレンジ	入門 一柳(鈴木)									
13:10	C	SⅠ		ゲームⅢ		入門 大島		SⅠ		SⅡ		ゲームⅢ		SⅢ		ゲームⅢ		入門 神野		SⅡ		曾我英							
14:30		難波		神野		神野		一柳		大島		大島		曾我寿		大島		曾我英		13:05	C	オレンジ	SⅡ		曾我英				
14:35	D	レンタルコート <開講クラス募集中> 一柳		SⅡ		SⅢ		SⅢ		ゲームⅢ		入門 神野		ゲームⅢ		入門 神野		SⅡ		曾我英		14:35~		SⅠ		一柳			
15:55				曾我寿	曾我英	曾我寿	一柳	曾我英	一柳	曾我英	一柳	曾我英	一柳	曾我英	一柳	曾我英	一柳	曾我英	一柳	曾我英	一柳	14:00	J2	イエロー①	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		16:10~ 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	
16:50		神野		難波		一柳		曾我寿		神野		曾我英		神野		曾我英		神野		曾我英		神野		曾我英		神野		曾我英	
16:55	J5	オレンジ		グリーン		レッド		オレンジ		グリーン		レッド		オレンジ		グリーン		レッド		オレンジ		グリーン		レッド		オレンジ		グリーン	
17:45		神野		一柳(難波)		曾我寿		神野		曾我英		大島		一柳		大島		一柳		大島		一柳		大島		一柳		大島	
17:50	J6	レンタルコート		イエロー①		レンタルコート		イエロー①		レンタルコート		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	
18:40		神野		大島(松岡)		大島(松岡)		曾我寿		曾我寿		神野		神野		大島		神野		大島		神野		大島		神野		大島	
18:50	G	SⅠ		イエロー②		19:20~ 入門		イエロー②		イエロー②		SⅢ		SⅠ		SⅡ		19:20~ 入門		イエロー②		イエロー②		イエロー②		イエロー②		イエロー②	
20:10		一柳		難波		曾我英(松岡)		神野		大島		一柳		神野		一柳(鈴木)		入門 神野		大島		入門 神野		大島		入門 神野		大島	
20:15	H	SⅠ		SⅡ		SⅡ		SⅢ		SⅠ		SⅡ		入門 神野		SⅠ		SⅡ		SⅡ		SⅢ		SⅡ		SⅢ		SⅢ	
21:35		神野		一柳		曾我英		神野		鈴木		曾我寿		神野(鈴木)		一柳(鈴木)		神野(鈴木)		大島		神野(鈴木)		大島		神野(鈴木)		大島	
21:40	I	入門 神野		SⅢ		SⅠ		SⅢ		SⅠ		SⅢ		SⅡ		SⅢ		SⅡ		SⅢ		SⅡ		SⅢ		SⅡ		SⅢ	
23:00		~22:30 一柳		神野(松岡)		曾我英		鈴木		曾我寿		神野		一柳		神野(鈴木)		神野(鈴木)		一柳		神野(鈴木)		一柳		神野(鈴木)		一柳	

インドアテニススクール
オンバッド多治見
(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) ※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。予め御承ください。

スクールカレンダー

6月期 6月2日(月)～6月29日(日)

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						

7月期 6月30日(月)～7月27日(日)

日	月	火	水	木	金	土
	6/30	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						

 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。

- 7月期の休会・退会の受付は6月15日(日)までとなります。
- 8月期の休会・退会の受付は7月15日(火)までとなります。

インドアテニススクール

オンザコート多治見

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

6月期テーマ「ゲームを楽しむ」



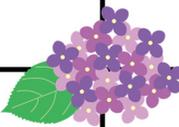
クラス	第1週テーマ	第2週テーマ	第3週テーマ	第4週テーマ
入門	ストローク・ボレー① テイクバックって 知ってますか？	ストローク・ボレー② 打ち終わりまで キッチリ！	ストローク・ボレー③ 何ごとも準備から！	簡単なダブルス 2対2で楽しく勝負
ステップⅠ	ストロークを安定させる ボールの軌道を 高くするには？	前衛でポーチに挑戦 相手とのリズムを 取ってGO！！	後衛のスピード管理 前衛に花を持たせる	ゲーム展開(雁行陣) 役割の理解と協力
ステップⅡ	チャンスボール 高い打点の ラケットワーク	チャンスボール&ボレー 強打だけではない 選択もアリ！	チャンスボールから平行陣 打った後のポジショニング	積極的に平行陣！ チャンスは 自らつくる！
ステップⅢ	リターンダッシュ 速いテンポでリターン	サービスダッシュ 前に行くまでの 時間を作る	平行陣で勝つ 浮かさないボレー	平行陣で勝つ 配球と状況判断

※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。



6月期ジュニアレッスンテーマ…ボレー



	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	きほんをおぼえよう	基本を覚えよう	基本を覚えよう
1週目	テニピンでハイタッチ！ 	ボールキャッチ コーティネーション トレーニング 	正しいグリップを覚えよう	ボールの高さに合わせよう
2週目	てのひらでうとう 	テニピンをつかってみよう	体の向きを作ろう	狙って打ってみよう 
3週目	てのこうでうとう	みぎはてのひら ひだりはてのこう	片手でバックハンドボレーに挑戦！	スライス回転を掛けてみよう
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
	4かいのうち2かいラケットにあてよう	5かいのうち3かいネットをこそう	5回中3回コートに入れよう	5回中4回コートに入れよう

※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。