

# 服部緑地 ミズノテニススクール 時間割 10月期



月曜日	
1番コート	
9:30 ~ 11:00	初中級 (田口)
11:00~	PV(30分)
11:30~	PV(30分)
12:20 ~ 14:00	2TL (太田)
14:10 ~ 15:50	TL (太田)
16:00 ~ 17:00	J2 (田口) オレンジ・グリーン

火曜日	
1番コート	
9:20 ~ 10:50	初級 (藤井)
11:00 ~ 12:30	中上級 (藤井)
12:50 ~ 14:20	中級 (藤井)
14:20 ~ 16:00	TL (藤井)
16:00 ~ 17:00	J1 (田口) スポンジ・レッド

水曜日			
1番コート		2番コート	
9:30 ~ 11:00	初級 (雲財)	10:00 ~ 11:40	TL (太田)
11:10 ~ 12:40	中級 (雲財)		
		12:20 ~ 14:00	TL (太田)
13:20 ~ 14:50	初中級 (雲財)	14:10 ~ 15:50	TL (太田)
16:00 ~ 17:00	J2 (雲財) オレンジ・グリーン	16:00 ~ 17:00	J4 (田口) ノーマルのみ

木曜日	
1番コート	
9:20 ~ 11:00	TL (伊達)
11:10 ~ 12:40	中級 (伊達)
14:30 ~ 16:00	初中級 (田口)
16:00 ~ 17:00	J2 (田口) オレンジ・グリーン

一般クラス	
初心	ラケットを初めて握られる方。ストロークの基本を覚える事が目標です。
初級	基本フォームを確認しながら、コーチとラリーを続けるようになるのが目標です。
初中級	基本フォームを確認しながら、ゲームでの動き・ポジションを覚える事が目標です。
中級	ラリーやゲームのなかで基本ストロークを使いこなす。ゲームの戦術を理解する事が目標です。
中上級	いくつかのテクニカルショットが打て、平行陣のポジションや戦術を覚える事が目標です。
TL	女性限定でダブルスのあらゆるフォーメーションを練習します。
2TL	女性限定でダブルスのあらゆるフォーメーションとゲームの応用戦術を練習します。(女子連B級以上)

金曜日	
1番コート	
10:00 ~ 11:40	2TL (太田)
12:20 ~ 14:00	TL (太田)
14:10 ~ 15:50	TL (太田)
16:00 ~ 17:00	J2 (田口) オレンジ・グリーン

2番コート	
9:30 ~ 11:00	初級 (田口)
11:10 ~ 12:40	中級 (田口)
15:00~	PV(30分)
15:30~	PV(30分)

土曜日			
1番コート		2番コート	
9:00 ~ 10:00	J1 (田口) スポンジ・レッド	9:20 ~ 10:50	中上級 (森田)
10:00 ~ 11:00	J2 (田口) オレンジ・グリーン		
11:00 ~ 12:30	J3 (田口) グリーン・ノーマル	11:00 ~ 12:30	中上級 (森田)
		12:40 ~ 14:10	JS2 (森田)
13:00 ~ 14:00	J2 (田口) オレンジ・グリーン		
14:30 ~ 16:00	J3 (田口) グリーン・ノーマル	14:20 ~ 15:50	中級 (森田)
16:00~	PV(30分)		
16:30~	PV(30分)		

日曜日			
1番コート		2番コート	
9:00 ~ 10:30	J3 (入谷) グリーン・ノーマル	9:20 ~ 10:50	中上級 (森田)
10:30 ~ 11:30	J2 (入谷) オレンジ・グリーン		
11:40 ~ 12:40	J1 (入谷) スポンジ・レッド	11:00 ~ 12:30	初級 (森田)
		12:40 ~ 14:10	J3 (伊達) グリーン・ノーマル
14:00 ~ 15:30	JS1 (田口)	14:10 ~ 15:10	J2 (伊達) オレンジ・グリーン
15:30 ~ 17:00	JS2 (田口)	15:20~	PV(30分)

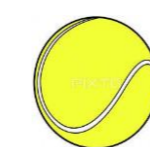
ジュニアクラス	
J1(4歳~小2)	スポンジ・レッドボール使用
J2(小1~小6)	オレンジ・グリーンボール使用
J3(小5~中学生)	グリーンボール・ノーマルボール使用
J4(小5~中学生)	ノーマルボールのみ使用
JS1(ジュニアS)	試合に出場している方 *コーチ認定が必要です
JS2(ジュニアS)	試合にさらに勝ち上がっていきたい方 *コーチ認定が必要です

☆PLAY&STAYをジュニア指導の基本としています  
※ジュニア表記が変更になりました。

参加人数(含レギュラーの方振替の方)によってレッスン時間を変動させていただきます。

一般クラスの目安	
1人	- 60分
2人	- 75分
3人以上	90分

ジュニア60分クラスの目安	
1人	- 45分
2人以上	60分



振替チケットで30分プライベートレッスン受講可能です。  
初心で入会の方はPVの受講を推奨します。