

服部緑地 ミズノテニススクール 時間割 3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		2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)	12:00 ～ 13:40	TL (伊達)
14:20 ～ 16:00	TL (藤井)	14:10 ～ 15:40	初中級 (伊達)
16:00 ～ 17:00	J1 (伊達) 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	
11:10 ～ 12:40	中級 (伊達)
13:10 ～ 14:40	初中級 (伊達)
16:00 ～ 17:00	J2 (伊達) 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		2番コート	
10:00 ～ 11:40	2TL (太田)	9:30 ～ 11:00	初級 (田口)
		11:10 ～ 12:40	中級 (田口)
12:20 ～ 14:00	TL (太田)		
14:10 ～ 15:50	TL (太田)	15:00～	PV(30分)
16:00 ～ 17:00	J2 (田口) オレンジ・グリーン	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 (伊達) グリーン・ノーマル	9:20 ～ 10:50	中上級 (森田)
10:30 ～ 11:30	J2 (伊達) オレンジ・グリーン		
11:40 ～ 12:40	J1 (田口) スポンジ・レッド	11:00 ～ 12:30	初級 (森田)
12:50～	PV(30分)		
13:20～	PV(30分)	13:10 ～ 14:40	J3 (伊達) グリーン・ノーマル
14:00 ～ 15:30	JS1 (田口)	14:50 ～ 15:50	J2 (伊達) オレンジ・グリーン
15:30 ～ 17:00	JS2 (田口)		

ジュニア クラス	
J1(年長～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(少年17S)	試合に出場している方 *コーチ認定が必要です
JS2(少年17S)	試合にさらに勝ち上がってきたい方 *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

土日PVの受講基準を設定させていただきます。

振替チケットで30分プライベートレッスン受講

- 優先
1. 初心クラス入会の方
 2. 土日一般クラスの振替の方

～ お知らせ ～

4月から土1240(2番コート)は、JS2 → 一般 初中級(森田コーチ)に変わります。

クラス変更される方は、3月13日までに届けください。 人数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