

服部緑地 ミズノテニススクール 時間割 2022. 9月期

月曜日	
7番コート	6番コート
9:30 ~ 11:00	初中級 (田口)
10:00 ~ 11:40	2TL (太田)
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	
7番コート	
9:20 ~ 10:50	初級 (藤井)
11:00 ~ 12:30	中上級 (藤井)
12:50 ~ 14:30	TL (藤井)
14:30 ~ 16:00	中級 (藤井)
16:00 ~ 17:00	J1 (前田) スポンジ・レッド

水曜日	
7番コート	6番コート
9:30 ~ 11:00	マスター (前田)
11:10 ~ 12:40	中級 (前田)
12:20 ~ 14:00	TL (太田)
13:20 ~ 14:50	初中級 (前田)
14:10 ~ 15:50	TL (太田)
16:00 ~ 17:00	J2 (前田) オレンジ・グリーン
16:00 ~ 17:00	J4 (田口) ノーマルのみ

木曜日	
	休校

一般 クラス	
エントリー	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 ファミリーでの受講もお勧めです
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
マスター	コーチとラリーを続けるようになるのが目標です 体力・足腰に不安のある方
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)
PV	30分間の個人レッスンです レッスン内容をリクエストできます

金曜日	
7番コート	6番コート
9:30 ~ 11:00	初級 (前田)
10:00 ~ 11:40	2TL (太田)
11:10 ~ 12:40	中級 (前田)
12:20 ~ 14:00	TL (太田)
14:10 ~ 15:50	TL (太田)
16:00 ~ 17:00	J2 (前田) オレンジ・グリーン

土曜日	
7番コート	6番コート
9:00 ~ 10:00	J1 (田口) スponジ・レッド
10:00 ~ 11:00	J2 (田口) オレンジ・グリーン
11:10 ~ 12:30	J3 (田口) グリーン・ノーマル
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
16:00~	PV(30分)
16:30~	PV(30分)

日曜日	
7番コート	6番コート
9:00 ~ 10:30	J3 (伊達) グリーン・ノーマル
10:30 ~ 11:30	J2 (伊達) オレンジ・グリーン
11:40 ~ 13:10	JS0 (田口)
13:20 ~ 14:50	JS1 (田口)
15:00 ~ 17:00	JS2 (田口)
15:20 ~ 16:50	エントリー (岡見)

ジュニア クラス	
J1(年長~小2)	スponジ・レッドボール使用
J2 (小3~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
JS0(ジュニアS)	近い将来「選手」としてテニスをしたい方 *コーチ認定が必要です
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りていきたい方 *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

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

土曜日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.初心で入会の方

2.土日クラスの振替の方

3.その他振替の方