

服部緑地 ミズノテニススクール 時間割

10月期



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)

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
JS1(シニア7S)	試合に出場している方 *コーチ認定が必要です。
JS2(シニア7S)	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をシニア指導の基本としています。

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. 初心クラス入会の方
 2. 土日クラスの振替の方
 3. その他振替の方



初心で入会の方はPVの受講を推奨します。

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) スポンジ・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)		
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)		
13:20 ~ 14:50	初中級 (雲財)	12:20 ~ 14:00	TL (太田)
		14:10 ~ 15:50	TL (太田)
16:00 ~ 17:00	J2 (雲財) スポンジ・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	
14:10 ~ 15:40	中級 (伊達)
16:00 ~ 17:00	J1 (伊達) スポンジ・レッド

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)
		15:30~	PV(30分)
16:00 ~ 17:00	J2 (田口) スポンジ・グリーン		

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) スポンジ・グリーン	11:00 ~ 12:30	中上級 (森田)
11:00 ~ 12:30	J3 (田口) グリーン・ノーマル	12:40 ~ 14:10	初中級 (森田)
13:00 ~ 14:00	J2 (田口) スポンジ・グリーン	14:20 ~ 15:50	中級 (森田)
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			
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) スポンジ・グリーン	11:00 ~ 12:30	初級 (森田)
11:40 ~ 13:10	J3 (田口) グリーン・ノーマル	12:40 ~ 14:10	J3 (伊達) グリーン・ノーマル
13:20 ~ 14:50	JS1 (田口)	14:10 ~ 15:10	※ J2 (岡見)
15:00 ~ 17:00	JS2 (田口)	15:20 ~ 16:20	※ J2 (岡見)

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

※時間変更クラス	
J2(岡見コーチ)日	13:40~14:40 → 14:10~15:10
J2(岡見コーチ)日	14:50~15:50 → 15:20~16:20

新設クラス