

【ミズテニススクール】

| 月 | | 火 | | 水 | | 木 | | 金 | | 土 | | 日 | |
|---------------|------|----------|---------|----------|---|----------|---------|---------|----------|---------------|-------|-------|-------|
| 1、9:30~10:50 | | | | | | | | | | 1、9:00~10:20 | | | |
| A | B | A | B | A | B | A | B | A | B | A | B | A | B |
| 23AC:SR | 34AC | 45AC | | 23AC:SR | | 34AC | 45AC:HG | 12AC | 345AC | 345AC:HG | 45AC | 234AC | 45AC |
| 2、11:00~12:20 | | | | | | | | | | 2、10:30~11:50 | | | |
| A | B | A | B | A | B | A | B | A | B | A | B | A | B |
| 23AC | 45AC | 34AC | 456AC:G | 345AC:SR | | 34AC:G | 45AC:G | 23AC:B | 345AC:SR | 345AC:SR | 5AC | 45AC | 5AC:G |
| 3、12:30~13:50 | | | | | | | | | | 3、12:00~13:20 | | | |
| A | B | A | B | A | B | A | B | A | B | A | B | A | B |
| 45AC:B | | 345AC:SR | | 123AC:B | | 345AC | 12AC | 234AC:G | 45AC:HG | 12ACJ | 345AC | 345AC | 123P |
| 4、14:00~15:20 | | | | | | | | | | | | | |
| A | B | A | B | A | B | A | B | A | B | | | | |
| | | | | | | 45AC | | | | | | | |
| 5、15:30~16:30 | | | | | | | | | | | | | |
| A | B | A | B | A | B | A | B | A | B | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| 6、16:30~17:50 | | | | | | | | | | | | | |
| A | B | A | B | A | B | A | B | A | B | | | | |
| | | 123P | | | | 123P | | 123P | | | | | |
| 7、18:30~19:50 | | | | | | | | | | | | | |
| A | B | A | B | A | B | A | B | A | B | | | | |
| | | | | 12J | | 345ACJ:B | | 12J | | | | | |
| 8、20:00~21:20 | | | | | | | | | | | | | |
| A | B | A | B | A | B | A | B | A | B | | | | |
| | | | | 45ACJ:HG | | 45ACJ:HG | | 234AC | | | | | |

| 区分 | レベル | | レベル選択目安 |
|---|-----|-----|---|
| A : アダルト (大人) C : カレッジ (大学生) J : ジュニア (中学生・高校生) | 7 | 上級 | 全てのショットが安定し、スピード・パワーがある |
| | 6 | | 全てのショットが安定し、スピードがある |
| | 5 | 中上級 | 全てのショットが安定し、サービスダッシュからのゲームができる |
| | 4 | 中級 | アプローチショットから、ボレー等連携プレーができる 平行陣でのゲームができる |
| | 3 | 初中級 | お客様同士でのラリーができる 雁行陣でのゲームができる |
| | 2 | 初級 | コーチとラリーが続く ゲームができる程度のルールやポイントの教え方を理解している |
| | 1 | 初心 | テニス未経験またはほとんどテニスをしたことがない |
| P : プレジュニア (小学生) | 6 | 上級 | シングルス&ダブルスのゲームができる |
| | 5 | 中上級 | 生徒同士でラリーができる |
| | 4 | 中級 | コーチとラリーができる |
| | 3 | 初中級 | フットワークの基礎ができている |
| | 2 | 初級 | 各フォームの素振りができて投げのボールが打てる |
| | 1 | 初心 | テニス未経験またはほとんどテニスをしたことがない |

| クラス | 内容 |
|-----------------|--|
| 表示無し | テニスに必要なスキルを、月毎にテーマを設定しまんべんなく指導します。 |
| HG : ヒッティング&ゲーム | 主にラリー練習を中心にゲームを通じて狙いどころやポジションなど指導します。 |
| G : ゲーム | ゲームに必要なショットやポジションすべてのスキルを指導します。 |
| H : ヒッティング | ストロークラリーやボレー対ストロークなど打ち合いをしながら適切なフォームを指導します。 |
| B : ボール出し中心 | 球出し練習で一通りのショットやラリーが出来るようになる為の練習を行います。 |
| T : トーナメント | 頻繁に大会に出場している方・これから出場を目指したい方向けに、試合に勝つ戦術・戦略を指導します。 |
| SR : スローリズム | ゆっくりなペースでテニス・ゲームを楽しめるよう指導します。 |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |

| | | | |
|----|---------------------|----------------|--|
| 申込 | ビジター受講 | 随時予約可 | スクール在籍無しで申込受講可能毎週都合がつかない方にオススメ |
| | プライベートレッスン・グループレッスン | 随時予約可※コーチと日程調整 | 1名様～数名までのレッスン。ペアでのレッスンやお仲間だけのグループでのレッスン可能。レッスン中ではなかなかアドバイスが上手く聞きだせないというあなたの求めるテーマやポイントにお応えできるレッスンです。 |