

レッスントイムスケジュール 2023年【5・6月期】

月曜日 Monday		火曜日 Tuesday		水曜日 Wednesday		木曜日 Thursday	
	【中級】 8:00-9:30 大矢コーチ 5月：サーブ強化&ゲーム 6月：サーブ強化&ゲーム	【中級】 9:20-10:50 大矢コーチ 5月：サーブ強化&ゲーム 6月：サーブ強化&ゲーム	【LTショット】 9:40-11:10 良太コーチ 5月：SAに記載 6月：SAに記載	【LT】 9:20-10:50 上野コーチ& 富田コーチNEW!! 5月：ポディショット 6月：3D/並行陣ゲーム形式	【中級】 9:20-10:50 小笠原コーチ 5月：サーブ+ストローク 6月：ラリー中心	【LT】 9:00-10:30 上野コーチ 5月：デッドゾーンでの処理 6月：ポディS/ 並行陣ゲーム形式	【中級】 9:20-10:50 大矢コーチ 5月：サーブ強化&ゲーム 6月：サーブ強化&ゲーム
【LT】 9:20-10:50 上野コーチ 5月：ポディショット 6月：スマッシュ/ 並行陣ゲーム形式	【中上級】 9:40-11:10 大矢コーチ 5月：ボチボレー&ゲーム 6月：ボチボレー&ゲーム	【LTA】 11:00-12:30 大矢コーチ 5月：ボチボレー& ゲーム 6月：ボチボレー& ゲーム	【LTビギナーシングルス】 11:20-12:50 良太コーチ 5月：ロブの打ち合い 6月：ドロップ&ロブ	【LTS】【LTA】 隔週 11:15-12:45 上野コーチ& 富田コーチNEW!! 5月：質疑応答など 6月：無題	【中上級】 11:00-12:30 小笠原コーチ 5月：ダブルス形式(ショット 練) 6月：サーブ+試合形式	【LT】 11:00-12:30 上野コーチ 5月：ストローク強打 6月：3D/並行陣ゲーム形式	【中上級】 11:00-12:30 大矢コーチ 5月：ボチボレー& ゲーム 6月：ボチボレー& ゲーム
【LTA】 11:00-12:30 上野コーチ 5月：3D 6月：ポディS/ 並行陣ゲーム形式	【LTビギナーシングルス】 11:20-12:50 大矢コーチ 5月：サーブ強化&リターン 6月：サーブ強化&リターン	【LT】 12:40-14:10 大矢コーチ 5月：ボチボレー& ゲーム 6月：ボチボレー& ゲーム		【LT】 12:40-14:10 小笠原コーチ 5月：リターンからの攻め 6月：サーブからの攻め			
【シングルス】 20:30-22:00 高島コーチ 5月：ポジョニング 6月：シングルの動き方	【中級】 6/5(月)~変更 20:30-22:00 角コーチ 5月：ボレー 6月：ダブルスのボレー			【シングルス】 20:30-22:00 良太コーチ 5月：ゲーム形式 6月：ラリー形式多め	【ビギナーシングルス】 NEW!! 20:30-22:00 高島コーチ 5月：ポジョニング 6月：シングルの動き方		
金曜日 Friday		土曜日 Saturday		日曜日 Sunday			
【LTA】 9:20-10:50 木原コーチ 5月：ゲームを作る・決める 6月：ゲームを作る・決める	【中上級】 9:20-10:50 上野コーチ&小笠原コーチ 5月：回り込み・ラリー 6月：ロブ+足元へ	【上級】 8:00-9:30 星野コーチ 5月：ハイボレーからの展開 6月：ローボレーからの展開	【ビギナーシングルス】 7:30-9:00 良太コーチ NEW!! 5月：ショットクロス 6月：スライスアプローチ	【ビギナーシングルス】 8:30-10:00 小笠原コーチ コーチ変更 5月：サーブ強化 6月：ストローク強化	【上級】 8:00-9:30 大矢コーチ 5月：ボチボレー&ゲーム 6月：ボチボレー&ゲーム	【中上級】 8:00-9:30 小笠原コーチ 5月：ダブルス形式 (ショット練) 6月：サーブ+試合形式	【シングルス】 8:30-10:00 永尾コーチ 5月：ストローク 6月：ストローク
【LT】 11:00-12:30 木原コーチ 5月：ゲームを作る・決める 6月：ゲームを作る・決める	【LT】 11:00-12:30 上野コーチ 5月：ポディショット 6月：3D/並行陣ゲーム形式	【中級】 11:00-12:30 小笠原コーチ 5月：ラリー中心 6月：ストローク	【中級】 9:30-11:00 上野and星野コーチ 5月：回り込み・ラリー 6月：無理はしない・きちっと	【シングルス】 10:10-11:40 小笠原コーチ コーチ変更 5月：フットワーク 6月：緩急の使い分け	【中上級】 9:40-11:10 大矢コーチ 5月：ボチボレー&ゲーム 6月：ボチボレー&ゲーム	【中級】 9:40-11:10 小笠原コーチ 5月：サーブ 6月：ラリー中心	【シングルスショット強化】 10:10-11:40 永尾コーチ 5月：ストローク 6月：ストローク
【シングルス】 20:30-22:00 半谷コーチ&青木コーチ 5月：チャンスボールの安定性と威力アップ 6月：チャンスボールの安定性と威力アップ	【中上級】 20:30-22:00 小笠原コーチ 5月：ストローク強化 6月：ラリー中心	【中上級】 11:00-12:30 星野コーチ 5月：ハイボレーからの展開 6月：ローボレーからの展開	【中上級】 11:00-12:30 星野コーチ 5月：ハイボレーからの展開 6月：ローボレーからの展開		【中上級】 11:20-12:50 大矢コーチ 5月：ボチボレー&ゲーム 6月：ボチボレー&ゲーム	【中級】 11:20-12:50 小笠原コーチ 5月：ストローク 6月：サーブ	【ビギナーシングルス】 11:50-13:20 高島コーチ 不定期開催 振替レッスン
【定員に関して】 Capacity							
【一般クラス】 ・コート1面&コーチ1名 8名まで ・コート2面&コーチ1名 12名まで ・コート2面&コーチ2名 16名まで		【シングルス】 ・コート1面&コーチ1名 6名まで ・コート2面&コーチ1名 10名まで ・コート2面&コーチ2名 12名まで		【LT(レディーストーナメント)】 ・コート1面&コーチ1名 6名まで ・コート2面&コーチ1名 10名まで ・コート2面&コーチ2名 12名まで			【シングルス】 13:30-15:00 高島コーチ 不定期開催 振替レッスン

※4/29(土)~5/5(金)は「GWスクール休み」となります。