

レッスontimeスケジュール 2023年【11・12月期】

月曜日 Monday		火曜日 Tuesday		水曜日 Wednesday		木曜日 Thursday	
	【中級】A 8:00-9:30 大矢コーチ 11月：サーブ～ゲーム 12月：サーブ～ゲーム	【中級】A 9:20-10:50 大矢コーチ 11月：サーブ～ゲーム 12月：サーブ～ゲーム	【LTショット】B 9:40-11:10 良太コーチ 11月：SAに記載 12月：SAに記載	【LT】B 9:20-10:50 上野コーチ& 富田コーチ 11月：ストローク左右浅深 打ち分け 12月：形式多め	【中級】A 9:20-10:50 小笠原コーチ 11月：ダブルス形式練習 12月：ストローク	【LT】B 9:00-10:30 上野コーチ 11月：ふりだしに戻す 12月：ひたすら…の楽しみ	【中級】A 9:20-10:50 大矢コーチ 11月：サーブ～ゲーム 12月：サーブ～ゲーム
【LT】B 9:20-10:50 上野コーチ 11月：最初の一步 12月：ミス減のノウハウ	【中上級】A 9:40-11:10 大矢コーチ 11月：サーブ～ゲーム 12月：サーブ～ゲーム	【LTA】B 11:00-12:30 大矢コーチ 11月：サーブ～ゲーム 12月：サーブ～ゲーム	【LTビギナーシングルス】 B 11:20-12:50 良太コーチ 11月：深打つ練習 12月：チャンスボール特化	【LTS】【LTA】B を交互に実施 11:15-12:45 上野コーチ& 富田コーチ 11月：実践的なアングルショット 12月：ハイボレーハーフボレー 処理	【中上級】A 11:00-12:30 小笠原コーチ 11月：ボーチボレー 12月：サーブ+試合形式	【LT】B 11:00-12:30 上野コーチ 11月：スライス考 12月：少しスピン第2サーブ	【中上級】A 11:00-12:30 大矢コーチ 11月：サーブ～ゲーム 12月：サーブ～ゲーム
【LTA】B 11:00-12:30 上野コーチ 11月：むずかしいこと？ 12月：スライス活用術	【LTビギナーシングルス】 B 11:20-12:50 大矢コーチ 11月：ゲームの組み立て 12月：ゲームの組み立て	【LT】B 12:40-14:10 大矢コーチ 11月：サーブ～ゲーム 12月：サーブ～ゲーム		【LT】B 12:40-14:10 小笠原コーチ 11月：並行 12月：スライス			
【シングルス】C 20:30-22:00 高島コーチ 11月：体力強化 12月：体力強化	【中級】B 20:30-22:00 角コーチ 11月：ダブルスのフォーメーション 練習 12月：ダブルスチャンスボールを 決めよう			【シングルス】C 20:30-22:00 良太コーチ 11月：深いラリー 12月：ドロップショット	【ビギナーシングルス】C 20:30-22:00 高島コーチ 11月：体力強化 12月：体力強化		
【振替差額】 A→B 追加300円 B→C 追加300円 A→C 追加600円							
金曜日 Friday			土曜日 Saturday			日曜日 Sunday	
【LTA】B 9:20-10:50 木原コーチ 11月：美しいフォーム 12月：美しいフォーム	【中上級】A 9:20-10:50 上野コーチ&小笠原コーチ 11月：次場面へ判断早 12月：ちょっぴりフィジカル		【上級】B 8:00-9:30 星野コーチ 11月：Flexible slice 12月：Flexible slice	【ビギナーシングルス】C 7:30-9:00 良太コーチ 11月：スライスアプローチ 12月：ゲーム形式多め	【ビギナーシングルス】C 8:30-10:00 小笠原コーチ 11月：ストローク 12月：サーブ+試合形式	【中上級】B 8:00-9:30 大矢コーチ 11月：並行陣での予測 12月：並行陣での予測	【シングルス】C 7:30-9:00 時間変更 永尾コーチ 11月：ストローク 12月：ストローク
【LT】B 11:00-12:30 木原コーチ 11月：美しいフォーム 12月：美しいフォーム	【LT】B 11:00-12:30 上野コーチ 11月：ショット練、多 12月：ショット細	【超ビギナーシングルス】 B NEW 11:00-12:30 小笠原コーチ 11月：サーブ強化 12月：ストローク強化	【中級】B 9:30-11:00 上野and星野コーチ 11月：深さ高さ使う 12月：ラリー続くことは？	【シングルス】C 10:10-11:40 小笠原コーチ 11月：ストローク強化 12月：サーブ+試合形式	【中上級】B 9:40-11:10 大矢コーチ 11月：サーブ～ゲーム 12月：サーブ～ゲーム	【中級】B 9:40-11:10 小笠原コーチ 11月：ストローク 12月：ダブルス形式練習	【シングルスショット強化】C 9:10-10:40 時間変更 永尾コーチ 11月：ストローク 12月：ストローク
【シングルス】C 20:30-22:00 半谷コーチ コーチ1名体制へ変更 11月：リターン強化 12月：リターン強化	【中上級】B 20:30-22:00 小笠原コーチ 11月：ボレー 12月：サーブ強化		【中上級】B 11:00-12:30 星野コーチ 11月：Flexible slice 12月：Flexible slice		【上級】B 11:20-12:50 大矢コーチ 11月：並行陣での予測 12月：並行陣での予測	【中級】B 11:20-12:50 小笠原コーチ 11月：サーブ 12月：ラリー中心	【ビギナーシングルス】C 10:50-12:20 時間変更 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				【中上級】B 14:10-15:40 NEW 不定期開催 振替レッスン	【シングルス】C 12:30-14:00 時間変更 不定期開催 振替レッスン

※11/3(金)・11/23(木)は祝日の為、お休みとなります。

※12/28(木)～1月3日(水)は「年末年始スクール冬休み」の為、お休みとなります。

※12/27(水)は期の9週目なので振替レッスンとなります。在籍の方は自動で予約されておりません。