

1804期(第183期) レッスンタイムスケジュール表 2018年5月30日 15:00現在

レッスン期間 2018年6月18日(月)~2018年9月16日(日)

夏季休講 8月13日(月)~8月19日(日)
 移転休講 9月17日(月)~9月30日(日)

| 1804期テーマ ネットプレー | レベル | 週 | メニュー |
|--------------------|------|--------|-------------|
| | Bクラス | 1週~4週 | ボレー基本 |
| | | 5週~8週 | 高い、低いボレー |
| | | 9週~12週 | ゲームで使おう |
| | Cクラス | 1週~4週 | 攻めのボレー |
| | | 5週~8週 | 守りのボレー |
| | | 9週~12週 | ゲームで活かそう |
| | Dクラス | 1週~4週 | 対ストロークへのボレー |
| | | 5週~8週 | 対プレーヤーへのボレー |
| | | 9週~12週 | ゲームでの攻め方 |

| 時間 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 時間 | 土 | 時間 | 日 |
|--------|----------------------|------------------|--------------------|-------------------|------------------|---------|----------------------|--------|------------------|
| 8:00 | | | | | | 7:50 | B 佐 福 C 吉 C 松 K 茅 | 7:50 | C 石 D 福 |
| 9:00 | | | | | | 9:10 | MO-1 J9 J10 K9 | 9:10 | MO-2 |
| 9:40 | B 吉 C 九 | A 本 B 九 C 吉 | A 本 B 吉 C 伊 OD 藤 | A 茅 B 石 C 伊 OD 井 | B 九 C 青 D 茅 OE 小 | 9:20 | B 青 C 福 D 佐 OA 吉 K 九 | 9:20 | A 福 B 石 C 伊 K 吉 |
| 11:10 | D-1 | D-4 | D-7 | D-11 | D-14 | 10:40 | D-18 J10 K9 | 10:40 | D-24 K11 |
| 11:20 | A 青 B 九 C 石 | B 九 C 井 D 福 | B 吉 C 伊 D 藤 NC 藤 | B 茅 C 伊 D 小 OC 石 | B 石 C 茅 D 西 | 10:50 | A 松 B 青 C 佐 OB 吉 K 九 | 10:50 | B 伊 C 福 D 石 K 吉 |
| 12:50 | D-2 | D-5 | D-8 | D-12 | D-15 | J:12:00 | D-19 J11 K10 | 12:10 | D-25 K12 |
| 13:30 | B 佐 C 福 D 石 | 体験 D 佐 E 井 | B 九 C 佐 E 西 | A 佐 C 井 D 西 G 伊 | B 福 C 青 D 伊 ND 九 | 12:20 | B 九 C 福 D 伊 OA 松 | 12:20 | 体験 C 吉 |
| 15:00 | D-3 | D-6 | D-9 | D-13 | D-16 | J13:30 | D-20 J12 | 13:30 | 13:20迄 J15 |
| 15:50 | | K 青 K-3 | K 九 3:20~5:00 OF 西 | K 松 K-6 | | 13:40 | A 吉 B 青 C 西 OB 佐 | 13:40 | A 青 B 伊 C 石 |
| 16:50 | | | K-4 D-10 | | | J15:00 | D-21 J13 | 15:00 | J-16 D26 |
| 17:00 | K 青 A 九 B 吉 C 福 OB 九 | A 松 B 九 C 青 SA 吉 | K 松 A 九 B 井 C 吉 | A 松 B 石 C 茅 | A 石 B 伊 C 青 K 松 | 15:10 | B 石 C 伊 D 福 OA 九 | 15:10 | B 福 C 青 K 吉 |
| 18:00 | K2 J-1 | J-3 JS1 | K-5 J-5 | J-6 | J-7 K7 | 15:20 | D-22 J14 | 15:10 | J-17 K14 |
| 18:10 | | | | | | 16:40 | B 福 C 西 D 伊 | 16:20 | A 伊 B 福 C 石 |
| 18:20 | B 石 OC 九 B 吉 C 福 | A 松 B 福 C 井 SA 吉 | A 吉 B 井 C 九 | B 伊 C 石 D 井 | A 伊 B 青 C 西 | 16:50 | D-23 | 16:30 | J-18 |
| J19:30 | J-2 N-1 | J-4 N-4 JS2 | N-7 | N-10 | J-8 N13 | 18:10 | B 青 C 石 D 西 | 17:40 | A 伊 B 福 C 石 |
| 19:40 | | | | | | 19:40 | N-16 | 17:50 | A 伊 B 青 SA 吉 C 西 |
| 19:50 | B 九 C 石 D 青 | B 青 C 佐 D 福 TD 井 | B 佐 C1 伊 C2 井 TD 伊 | A 井 B 伊 D 佐 OC 西 | B 福 C 石 D 西 ND 小 | 19:50 | B 石 C 伊 | J19:00 | J-19 JS3 N19 |
| 21:10 | N-2 | N-5 | N-8 | N-11 | N-14 | 21:10 | N-17 | 19:20 | B 青 D 西 |
| 21:20 | A 福 B 石 C 佐 R 青 | B 福 C 青 D 井 OD 佐 | B 松 C 九 D 西 SD 佐 | SP 井 C 井 D 佐 TD 西 | B 福 C 石 D 西 SD 伊 | 21:20 | B 伊 E 西 | 20:40 | N-20 |
| 22:40 | N-3 | N-6 | N-9 | N-12 | N-15 | 22:40 | N-18 | | |

| コーチ名 | 小:小迫 聖治 伊:伊東 文仁 松:松崎 公秀 | 西:西田 法聖 福:福森 悟 藤:藤木 祐一 | 井:井上 邦夫 佐:佐々木 望 本:本橋 夏実 | 石:石川 潤一 九:九鬼 正行 茅:茅原 亘 | 青:青山 恵大 吉:吉光 大樹 |
|------|-------------------------------|------------------------------|-------------------------------|------------------------------|--------------------|
|------|-------------------------------|------------------------------|-------------------------------|------------------------------|--------------------|

クラス分け
 A:初心者、 B:初級者、 C:中級者、 D:中上級者、 E:上級者、 F:トーナメント
 K:キッズ(5歳~7歳) J:ジュニア(8歳~) J-18・J-19:中学生 SA:ソフトテニス(小6~中3)
 ※J-1B・J-5B・J-17B クラスは2面で18名定員で行います。

●担当コーチは変わる場合もあります。

| その他 コース 表記等 | ■OA・OB・OC : ジュニア アウトドアドームレッスン ■TC・TD : アウトドアドーム・トーナメントレッスン ■NC・ND : アウトドアドーム・ネットプレイレッスン ■OC・OD・OE・OF : アウトドアドームレッスン ■R : アウトドアドーム・ラリーレッスン(C・Dクラス対象) ■G : アウトドアドーム・ゲームクラス(B・Cクラス対象) ■SD : アウトドアドーム・シングルスレッスン D以上 ■SP : サポートAクラス(一般Aクラスの方対象) ■体験 : 無料体験レッスン |
|-------------------|---|
|-------------------|---|