

# テニススクール時間割表 9月期

・少人数制 ・振替OK ・随時入学OK

|   | 曜日                               | 月      |          | 火         |       | 水         |       | 木                    |       | 金         |       |
|---|----------------------------------|--------|----------|-----------|-------|-----------|-------|----------------------|-------|-----------|-------|
|   |                                  | サーフェイス | 部入人工芝    | ハード       | 部入人工芝 | ハード       | 部入人工芝 | ハード                  | 部入人工芝 | ハード       | 部入人工芝 |
| 1 | 9:30-11:00                       | 中級     |          | 初級        |       | 中級<br>上級  |       | シニア<br>(10:00-12:00) |       | 初中級       |       |
|   | 担当                               | 定橋     |          | 川下        |       | 橋本        |       |                      |       | 定橋        |       |
| 2 | 11:10-12:40                      | 初級     |          | 悠悠        |       | 初中級       |       |                      |       | 中級        |       |
|   | 担当                               | 定橋     |          | 定橋        |       | 橋本        |       | 定橋(兼)                |       | 定橋        |       |
| 3 | 13:00-14:30                      |        |          | 初中級<br>中級 |       | 初級        |       | 中級                   |       |           |       |
|   | 担当                               |        |          | 定橋        |       | 定橋        |       | 定橋                   |       |           |       |
| 4 |                                  |        |          |           |       |           |       | 初中級                  |       |           |       |
|   | 担当                               |        |          |           |       |           |       | 定橋                   |       |           |       |
| 5 | 15:00-16:50                      | K2     |          |           |       | K1        | K2    |                      |       | K2        |       |
|   | 担当                               | 伊藤     |          |           |       | 定橋        | 伊藤 津口 |                      |       | 伊藤        |       |
| 6 | P1 17:00-18:00<br>J1 17:00-18:20 | J1     | P1       | P1        |       | J1        | P1    | J1                   | P1    | J1        | P1    |
|   | 担当                               | 伊藤     | 定橋       | 定橋        |       | 伊藤 津口     | 定橋    | 伊藤                   | 定橋    | 伊藤        | 二野    |
| 7 | 18:20-20:50                      | P2     |          |           | P3    | P2        | P3    |                      | P2    | P2        | P3    |
|   | 担当                               | 伊藤     |          |           | 定橋    | 伊藤 津口     |       |                      | 伊藤    | 伊藤 二野     |       |
| 8 | 20:30-22:00<br>高校生 21:00-22:30   |        | 中級<br>上級 |           |       | 初級<br>初中級 | 高校生   |                      |       | 初級<br>初中級 |       |
|   | 担当                               |        | 定橋       |           |       | 定橋        | 津口    |                      |       | 定橋        |       |

|   | 曜日                           | 土         |       | 曜日 | 日 |                               |        |          |
|---|------------------------------|-----------|-------|----|---|-------------------------------|--------|----------|
|   |                              | サーフェイス    | 部入人工芝 |    |   | ハード                           | サーフェイス | 部入人工芝    |
| 1 | 8:00-9:30                    | 初中級<br>中級 |       |    |   | 8:30-10:00                    | 初中級    | 中級       |
|   | 担当                           | 定橋(兼)     |       |    |   | 担当                            | 定橋     | 二野       |
| 2 | 9:30-10:20                   | K1        | K2    |    |   | 10:10-11:40                   | 初級     | 初心       |
|   | 担当                           | 伊藤        | 津口    |    |   | 担当                            | 定橋     | 二野       |
| 3 | 10:30-11:50<br>J210:30-12:30 | J1        | J2    |    |   | 12:00-13:30                   |        | 中級<br>上級 |
|   | 担当                           | 伊藤 津口     | 定橋(兼) |    |   | 担当                            |        | 定橋       |
| 4 | 12:00-14:00                  | P1        |       |    |   | 13:40-14:30                   |        |          |
|   | 担当                           | 定橋        |       |    |   | 担当                            |        |          |
| 5 | 14:00-16:00                  |           | P1    |    |   | 14:40-16:00<br>P1 14:00-16:00 | P1     | J1       |
|   | 担当                           |           | 伊藤    |    |   | 担当                            | 定橋     | 定橋 伊藤    |
| 6 | 16:00-17:20<br>J216:00-18:00 | J2        | J1    |    |   | 16:00-18:00                   | P1     | J2       |
|   | 担当                           | 伊藤        | 定橋    |    |   | 担当                            | 定橋     | 伊藤       |
| 7 | 18:00-20:30                  | P2        |       |    |   | 18:00-20:30                   |        | P2       |
|   | 担当                           | 定橋        |       |    |   | 担当                            |        | 定橋       |
| 7 |                              |           |       |    |   |                               |        |          |
|   | 担当                           |           |       |    |   |                               |        |          |

## 一般スクール

| クラス | 目標など   |
|-----|--|
| 初心  | ・ボールタッチとテニスのイメージづくり ・ミニテニスのラリーができるように            |
| 初級  | ・各ストロークのイメージづくり ・基礎を身につける ・フットワーク等のポディーコントロールの確立 |
| 初中級 | ・各ストロークを安定させる ・自分がコントロールできるスピードを見つける             |
| 中級  | ・各ストロークの正確性を追求する ・様々な状況の中でラリーをコントロールできるようにする     |
| 上級  | ・生理スポーツとしてテニスを楽しみましょう                            |
| 悠悠  | ・高校生最速クラス  |
| 高校生 | ・高校生最速クラス  |

## ジュニアスクール

| クラス   | 目標など     |                           |
|-------|----------|---------------------------|
| キッズ   | K1       | ・4歳～ 楽しく体を動かしましょう         |
|       | K2       | ・正しい体の使い方を身につけましょう        |
| ジュニア  | J1       | ・基本技術の習得 正しいフォームを身につけましょう |
|       | J2       | ・ラリーやゲームを中心とした練習 ・大会出場    |
| 選手コース | P1/P2/P3 | ・技術、体力、精神力、戦術をバランスよく鍛える   |



TEL 06-6327-7661 FAX 06-6327-7669

〒535-0004 大阪市東淀川区小松4-4-13

E-mail info@a-zsp.com

URL http://www.a-zsp.com

◆振替予約システム「サービスエース」につきまして◆  
レッスンの欠席連絡、振替予約がパソコンや携帯電話からできます。メールアドレスを設定していただきますとレッスンの中止情報やレッスンの補講、お得な情報も届きます。是非ご利用下さい。※コード番号(会員番号)、パスワードが必要です。  
パソコンからは <https://service.lan.jp/zuiko/web>  
携帯からは <https://service.lan.jp/zuiko/keitai>

