

# テニススクール時間割表 2022.11

	曜日	月		火		水		木		金	
	サーフェイス	砂入人工芝	ハード	砂入人工芝	ハード	砂入人工芝	ハード	砂入人工芝	ハード	砂入人工芝	ハード
1	9:30-11:00	初中級 中級		初級		中級 上級				初中級 (球出し基礎)	
	担当	安積		川下		橋本				安積	
2	11:10-12:40	初中級		悠悠		初中級		初級 10:30-12:00		中級	
	担当	安積		安積		橋本		振替専用		安積	
3				初中級 中級 13:15-14:45				中級 (女性競技者) 12:40-14:10			
				安積				祐貴			
4											
5	J1/J2 17:00-18:20 P1 17:00-19:00	J1	K2 17:00-18:00		P1	K2 17:00-18:00		K2 17:00-18:00	P1	J1	J2
	担当	安積	豊		安積	振替専用		振替専用	豊	安積	豊
6	18:50-20:50				P2				P2		P2 18:20-20:20
	担当				安積				豊		豊
7	20:30-22:00		中級 上級			初中級 (ダブルス)		J2 20:50-21:50	初級		中級 上級
	担当		豊					豊	安積		豊

	曜日	土		曜日	日	
	サーフェイス	砂入人工芝	ハード	サーフェイス	砂入人工芝	ハード
1	8:30-10:00	初中級 中級	K1 9:30-10:20	8:30-10:00	初中級	中級
	担当	豊	安積		安積/豊	
2	10:30-11:50	J1	J2	10:10-11:40	初級	
	担当	豊	康成		安積	
3				12:00-13:30		中級 上級
						豊
4			シングルス練習会 14:00-16:00	14:00-15:20		J1
						安積
5				15:20-16:20		K2
						豊
5	P1 16:00-18:00 J2 16:30-17:50	P1	J2	16:30-17:50		J2
	担当	安積	豊			豊
6	18:00-20:30	P2		18:00-20:30	高校生 18:00-19:30	P2
	担当	豊			豊	祐貴

## 一般スクール

クラス	目標など
初心	・始めて～テニス歴1年程の方が対象。グリップの握り方からマンツーマンでご対応させていただきます。
初級	・基礎を身につけて、各ショットのイメージづくりをしましょう。基本的なルールを学びましょう。ダブルスの初歩的なポジションを身につけましょう。
初中級	・各ストロークのイメージづくり。ボディコントロール(ボディワーク、ラケットワーク、フットワーク)の確立
中級	・各ショットを安定させる ・自分がコントロールできるスピードを見つけましょう。 攻撃的なダブルスにチャレンジ
上級	・各ストロークの正確性を追及する ・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
女性競技者限定	・大会に出場する女性プレーヤー限定クラス ・1クラス定員6名
悠悠	・生涯スポーツとしてテニスを楽しみましょう ・ゆっくりとしたクラスです

## ジュニアスクール

クラス	練習ボール	目標など
キッズ	K1	スポンジレッド ・遊び的な要素を取り入れて、バランス、コーディネーション能力などを身につけましょう。
	K2	オレンジグリーン ・正しい体の使い方を身につけましょう。
ジュニア	J1	グリーンイエロー ・基本技術の習得 正しいフォームを身につけましょう。
	J2	イエロー
選手コース	P1	イエロー ・技術、体力、精神力、戦術をバランスよく鍛える。
	P2	イエロー
高校生	高校生	・高校生を対象としたクラス 1クラス定員3名



TEL 06-6327-7661 FAX 06-6327-7663

〒533-0004 大阪市東淀川区小松4-4-13

E-mail info@a-zsp.com

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



アズテニス公式LINEアカウント

