

テニススクール時間割表 2024年 3.4月期

	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		安積		安積	
3			シングルス 練習会 13:00-16:00	初中級 中級 13:15-14:45			シングルス 練習会 13:00-16:00	中級L 12:40-14:10			
			豊	安積		豊	安積/小林				
4											
5	J1 17:00-18:20 P1 17:00-19:00		J1	P1		J1		P1		J1	
	担当		豊	豊		豊		豊		豊	
6	P1 18:30-20:30 P2 19:00-21:00		P1	P2		P2		P2		J2 18:30-19:50	
	担当		豊	豊		豊		豊		豊	
7	20:30-22:00		中級 上級			初中級 (ダブルス)				初級	中級 上級
	担当		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	担当	安積/豊	
2	10:30-11:50	J1	K2 10:30-11:20	10:10-11:40	初級	
	担当	豊	安積	担当	安積	
3	11:30-12:50		J2	12:00-13:30		中級 上級
	担当		安積	担当	豊	
4			シングルス 練習会 13:00- 16:00	14:00-15:20		J1
				担当	安積	
5			豊	15:30-16:50		J2
				担当	豊	
6	J2 16:30-17:50 P1 16:00-18:00	J2	P1	17:00-18:00		プライベート
	担当	豊	安積	担当	豊	
7	18:00-20:00		P2			
	担当		豊			

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
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
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 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	



E-mail info@a-zsp.com

〒533-0004 大阪市東淀川区小松4-4-13

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



WEBサイト



LINE



インスタグラム

プライベートレッスン	随時お申し込み受付中！
グループレッスン	