

※やむを得ずコーチが変更になる場合がございます

2020.10月テニススクールスケジュール

→ビギナー ■アドバンス ■マスター →プログラム ■

Time	月				火				水				木				金				Time	土				Time	日									
	A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D		A	B	C	D		A	B	C	D						
1 9:20 10:50	クラブ	マスター	アドバンス	ビギナー	テーマ	マスター	アドバンス	クラブ	クラブ	マスター	アドバンス	ビギナー	クラブ	マスター	テーマ	クラブ	クラブ	マスター	アドバンス	クラブ	クラブ	マスター	アドバンス	クラブ	J	9:00 10:00	イエロー	グリーン	オレンジ	レッド	J	8:10 9:10	イエロー	グリーン	オレンジ	レッド
		河津	山口	藤澤	青山寛	大迫	福田			藤澤	浅海	中村亮	大迫	青山寛				浅海	福田		イエロー	10:10	西山	青山寛	中村亮	河津	イエロー	8:00 9:20	河津	浅海	藤澤	大迫				
2 11:00 12:30	クラブ	マスター	アドバンス	クラブ	クラブ	マスター	スーパービギナー	クラブ	クラブ	マスター	アドバンス	クラブ	クラブ	マスター	アドバンス	テーマ	クラブ	マスター	アドバンス	ビギナー	J	11:10	グリーン	オレンジ	レッド	ホワイト	1	9:20	クラブ	マスター	アドバンス	ビギナー				
		山口	藤澤			青山寛	福田		藤澤	浅海	中村亮		青山寛	大迫	青山貴		山口	浅海	福田		J	11:20	西山	中村亮	河津	青山寛	1	10:50	大迫	河津	藤澤	浅海				
3 12:40 14:10	クラブ	クラブ	アドバンス	スーパービギナー	クラブ	マスター	アドバンス	クラブ	クラブ	マスター	テーマ	ビギナー	クラブ	テーマ	アドバンス	クラブ	クラブ	マスター	アドバンス	クラブ	J	12:30	イエロー	グリーン	オレンジ	レッド	2	11:00	テーマ	マスター	アドバンス	スーパービギナー				
		山口	藤澤	河津		青山寛	大迫	福田		藤澤	浅海	拜郷	大迫	青山貴	青山寛		山口	浅海	福田		イエロー	12:30	青山寛	中村亮	西山	田中	2	11:00	大迫	藤澤	浅海	河津				
4 16:30 17:40	休憩				休憩				休憩				休憩				休憩				1	14:00	クラブ	マスター	アドバンス	ビギナー	3	12:30	クラブ	マスター	アドバンス	親子体験会				
	クラブ	クラブ	レッド	ホワイト	クラブ	クラブ	オレンジ	レッド	クラブ	クラブ	レッド	ホワイト	クラブ	クラブ	オレンジ	レッド	クラブ	クラブ	レッド	ホワイト	2	14:10	クラブ	マスター	アドバンス	運動教室	3	14:10	クラブ	クラブ	クラブ	クラブ				
5 17:50 19:00	イエロー	グリーン	オレンジ	グリーン	グリーン	オレンジ	レッド	イエロー	グリーン	オレンジ	レッド	イエロー	グリーン	オレンジ	レッド	グリーン	オレンジ	レッド	グリーン	レッド	3	15:50	クラブ	マスター	アドバンス	スーパービギナー	※イベント等によりコート数が変更 なる場合がございます。 予めご了承ください。									
	藤澤	浅海	河津	藤澤	青山寛 大迫	福田	浅海	青山寛	大迫	藤澤	大迫	青山寛	浅海	河津	浅海	大迫	田中	石井			3	17:20	河津	浅海	青山寛											
6 20:30 22:10	クラブ	マスター	アドバンス	クラブ	クラブ	マスター	アドバンス	クラブ	クラブ	マスター	アドバンス	スーパービギナー	クラブ	マスター	アドバンス	クラブ	マスター	アドバンス	テーマ		4	17:30	クラブ	マスター	アドバンス	ビギナー	十									
		青山寛	緒方			青山寛	藤澤		大迫	青山寛	緒方		西山	青山寛	河津		中村啓	大迫	石井		4	19:00	青山寛	中村亮	藤澤	河津										
7 22:10 23:40	クラブ	マスター	アドバンス	クラブ	クラブ	マスター	アドバンス	クラブ	クラブ	マスター	アドバンス	テーマ	クラブ	マスター	アドバンス	スーパービギナー	クラブ	マスター	アドバンス	クラブ	5	19:10	クラブ	クラブ	クラブ	アドバンス										
		浅海	青山寛	緒方	青山寛	藤澤	緒方		大迫	青山寛	緒方	石井	浅海	青山寛	西山	河津	大迫	中村啓	石井		5	20:40				藤澤										
8 22:10 23:40	クラブ	クラブ	クラブ	クラブ	クラブ	クラブ	クラブ	クラブ	クラブ	クラブ	クラブ	クラブ	クラブ	クラブ	クラブ	クラブ	クラブ	クラブ	クラブ	マスター	6	20:50	クラブ	クラブ	クラブ	マスター	7	22:20	クラブ	クラブ	クラブ	クラブ				
																				中村啓	6	22:20				藤澤	7	23:40								

【テーマレッスン】詳しくは裏面、またはフロントまでお尋ね下さい。

◆火曜 ・ 9:20～10:50 「A・B級トーナメントクラス」

◆水曜 ・ 12:40～14:10 「楽しくヒッティング」 ・ 20:40～22:10 「楽しくヒッティング」 ◆木曜 ・ 9:20～10:50 「雁行陣ゲーム形式」 ・ 11:00～12:40 「エンジョイゲームクラス」

・ 12:40～14:10 「C・D級トーナメントクラス」

◆金曜 ・ 9:20～10:50 「雁行陣ゲーム形式」 ・ 19:00～20:30 「楽しくヒッティング」

◆日曜 ・ 11:00～12:30 「A・B級トーナメントクラス」

テニスクラブプログラム・テーマ(2020年10月)

時間	月	火	水	木	金	土	日
9時						9:00~12:30	
10時	9:20~12:30	Aコート テーマ A・B級トーナメントクラス 9名 青山寛	9:20~10:50	Bコート テーマ 雁行陣ゲーム形式 9名 青山貴 A	9:20~10:50	ジュニアスクール	Aコート 打ち合いゲーム形式 12名 大迫 ★★
11時	フリーゲーム(1面)	Dコート フリーゲーム	フリーゲーム(1面)	Cコート フリーゲーム	フリーゲーム(2面)		
12時		10:50~14:10	11:00~12:00 Aコート クラブプログラム ヒッティング 12名 藤澤 ★★★	11:00~12:30 Dコート テーマ エンジョイゲームクラス 9名 青山貴 Aコート フリーゲーム	10:50~13:00		11:00~12:30
13時	12:40~13:40	フリーゲーム(1面)	12:40~14:10	12:40~14:10 Bコート テーマ C・D級トーナメントクラス 9名 青山貴	13:10~14:10	12:30~14:00	12:40~14:10
14時	Aコート ゲーム形式 12名 山口 ★★		12:40~13:40 Cコート テーマ ヒッティング 9名 浅海	12:40~13:40 Aコート ゲーム形式 12名 大迫 ★	Aコート ゲーム形式 12名 山口 ★★	フリーゲーム(1面)	Aコート サブヒッティング ゲーム形式 12名 浅海 ★
15時	14:10~16:40	14:10~16:40	14:10~16:40	14:10~16:40	14:10~16:40	14:10~15:10	14:10~18:30
16時	フリーゲーム(4面)	フリーゲーム(4面)	フリーゲーム(4面)	フリーゲーム(4面)	フリーゲーム(4面)	Aコート ヒッティング 12名 藤澤 ★★	
17時	16:40~17:40	16:30~17:40	16:40~17:40	16:40~17:40	16:40~17:40	15:10~17:20	
18時						フリーゲーム	
19時						17:30~19:00	
20時	19:00~20:30	19:00~20:30	19:00~20:30	19:00~20:30	19:00~20:30	Aコート 打ち合いゲーム形式 12名 青山寛 ★★★	
21時	フリーゲーム(1面)	フリーゲーム(2面)	フリーゲーム(1面)	フリーゲーム(1面)	Dコート テーマ ヒッティング 9名 石井 Aコート フリーゲーム	19:00~22:20	
22時	20:30~22:10	20:40~22:10	20:40~22:10	20:40~22:10	20:40~22:10	フリーゲーム(3面)	
23時	フリーゲーム(1面)	Aコート 打ち合いゲーム形式 12名 青山寛 ★	20:40~22:10 Dコート テーマ ヒッティング 9名 石井	20:40~22:10 Aコート 打ち合いゲーム形式 12名 浅海 ★★★	フリーゲーム(1面)		
24時	22:10~23:40	22:10~23:40	22:10~23:40	22:10~23:40	22:10~23:40	22:20~23:40	
25時	フリーゲーム(4面)	フリーゲーム(3面)	フリーゲーム(4面)	フリーゲーム(4面)	フリーゲーム(3面)	フリーゲーム(4面)	

○各プログラムの下に付いている星はプレー難易度です。
 ☆ : フリー練習です。難易度は参加されているメンバーによって変わります。
 ★ : 「難易度低」 技術上達を目指しますが、どなたでもお気軽にご参加いただけます。
 ★★ : 「難易度中」 適度な難易度です。技術面・戦術面のの上達を目指しましょう！
 ★★★ : 「難易度高」 少し難しい事にチャレンジしたり、ガンガンやりたい方向けです。

○プログラム紹介

- ゲーム形式
ゲームでの動き、配球を中心とした練習です
- ヒッティング
・ラリー練習を中心としたクラスです
- 打ち合い+ゲーム形式
・打ち合いをした後ゲーム形式練習を行います
- サブヒッティング
・サブからのラリー練習行います

○テーマレッスン紹介

- A・B級トーナメントクラス (マスタークラス)※参加基準がございます
・上級の試合を想定した練習を行います
- C・D級トーナメントクラス (マスタークラス)
・ダブルスの基本戦術の習得を目標としたクラスです
- 雁行陣ゲーム形式 (アドバンスクラス)
・雁行陣の基本戦術を習得を目標としたクラスです
- ヒッティング (全レベル)
・ラリー練習を中心としたクラスです



【クラブコート利用時間のお知らせ】 ※変更する場合がございますのでご了承ください
 29日(木)、30日(金)、31日(土)
 レッスン休講日です、クラブコートに関しましては改めてお知らせ致します。

《クラブITS会員・ITSプラチナ会員予約について》
 ●各プログラムは定員制となりますので、**事前にご予約**が必要となります。
 (エスタフロント、お電話、インターネットにて承ります。)
 ●ご予約後にキャンセルされる際は、**プログラム30分前までに**キャンセルを行って下さい。
 ●お一人様のご予約件数の上限は**2件まで**とさせていただきます。
 ●フリーゲームはご予約の必要はございません。
 《フレックスチケット会員予約について》
 ◎スクールレッスン・クラブプログラム(マスタークラス対象)が受講できます。
 ◎スクールレッスン・クラブプログラム・シュールのいずれか2件ずつご予約できます。