

嵐山テニススクール 時間割

		SUN 日			MON 月			TUE 火			WED 水			THU 木			FRI 金			SAT 土		
コート番号		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
デイトタイム	1	AD2 土屋 9:00 ↓ 10:30	SE 岡田 9:00 ↓ 10:30	AD3 西村 9:00 ↓ 10:30																		
	2	AD2 土屋 10:30 ↓ 12:00	AD1 竹田 10:30 ↓ 12:00		ゆうゆう 土屋 9:30 ↓ 11:00	SE 西村 10:00 ↓ 11:30		BE 竹田 9:30 ↓ 11:00	AD1 海本 10:00 ↓ 11:30	SE 岡田 9:30 ↓ 11:00	SE 笹原 9:30 ↓ 11:00	AD1 岡田 9:30 ↓ 11:00		AD1 竹田 9:30 ↓ 11:00	BE 笹原 10:00 ↓ 11:30		AD1 土屋 9:30 ↓ 11:00	SE 竹田 10:00 ↓ 11:30		SE 海本 9:00 ↓ 10:30	AD1 竹田 9:00 ↓ 10:30	
	3				AD2 土屋 11:10 ↓ 12:40			岡田 庭球 塾 中上級 11:10 ↓ 12:40	SE 笹原 11:45 ↓ 13:15		AD1 土屋 11:10 ↓ 12:40	岡田 庭球 塾 中上級 11:10 ↓ 12:40		AD3 土屋 11:10 ↓ 12:40	SE 笹原 11:45 ↓ 13:15		SE 上原 11:10 ↓ 12:40	AD2 竹田 11:45 ↓ 13:15		AD1 海本 10:30 ↓ 12:00	SE 竹田 10:30 ↓ 12:00	
	4	AD3 岡田 12:00 ↓ 13:30																				
	5	BE 海本 13:30 ↓ 15:00			AD3 海本 12:50 ↓ 14:20																	
	6				AD1 岡田 14:30 ↓ 16:00																	
	7	エレメン タリー 岡田 岩本 15:00 ↓ 16:30																				
	8																					
	9	中高生 クラス 海本 16:30 ↓ 18:00	トーナメ ント・キ ッツ 岡田 16:30 ↓ 18:00		トーナメ ント・キ ッツ 岡田・海 本 16:30 ↓ 18:00	エレメン タリー 笹原 矢嶋 16:30 ↓ 18:00		トーナメ ント・キ ッツ 川島・岡 田 16:30 ↓ 18:00	エレメン タリー 海本 16:30 ↓ 18:00		トーナメ ント・キ ッツ 海本 16:30 ↓ 18:00	エレメン タリー 川島 矢嶋 16:30 ↓ 18:00		トーナメ ント・キ ッツ 川島・矢 嶋 16:30 ↓ 18:00	エレメン タリー 海本 16:30 ↓ 18:00		トーナメ ント・キ ッツ 海本 16:30 ↓ 18:00	エレメン タリー 矢嶋 三好 16:30 ↓ 18:00		AD2 服部 16:30 ↓ 18:00	トーナメ ント・ジ ュニア 西村・川 島 16:30 ↓ 19:30	
ナイター	10	BE 岡田 18:00 ↓ 19:30			トーナメント・ ジュニア 西村 18:00 ↓ 19:30		トーナメント・ ジュニア 西村 18:00 ↓ 19:30		トーナメント・ ジュニア 西村 18:00 ↓ 19:30		トーナメント・ ジュニア 西村 18:00 ↓ 19:30		トーナメント・ ジュニア 西村 18:00 ↓ 19:30		トーナメント・ ジュニア 西村 18:00 ↓ 19:30		トーナメント・ ジュニア 西村 18:00 ↓ 19:30		AD1 西村 18:00 ↓ 19:30	16:30 ↓ 19:30		
	11																					
	12	SE 岡田 19:30 ↓ 21:00	AD1 海本 19:30 ↓ 21:00		AD3 西村 19:30 ↓ 21:00			SE 海本 19:30 ↓ 21:00	AD3 西村 19:30 ↓ 21:00				AD2 西村 19:30 ↓ 21:00	SE 矢嶋 19:30 ↓ 21:00	AD2 海本 19:30 ↓ 21:00		AD1 土屋 19:30 ↓ 21:00	BE 海本 19:30 ↓ 21:00		AD3 竹田 19:30 ↓ 21:00	SE 岡田 19:30 ↓ 21:00	

クラス	内容
BE	ストローク、ポレー、サーブなど、テニスの基礎技術を習得していきます。
SE	BEで習得した技術を反復練習し、「サーブからラリーまで」を目標としていきます。
AD1	ラリーをベースに、ポレーやスマッシュなどを交えながら、ゲームの楽しさを習得していきます。
AD2	ラリーやショットの練習に加えて、戦略を考えた実践的なゲームの楽しさを習得していきます。
AD3	ダブルスゲームをより楽しく技術を上達させるクラス。パートナーとのコンビネーションや戦略等を習得していきます。
AD3レディース	上記AD3の女性限定クラスです。
シニア初心者	1レッスン60分間、はじめてラケットを持つ方への丁寧な初心者対象レッスン。グリップの握り方からご指導いたします。
ゆうゆう	中高年対象クラス。適度にからだを動かす無理のないメニューで、体力に自信のない方でも安心して受講いただけます。
岡田塾	レジェンド岡田コーチ指導の下、「もっと上手くなろう!」をテーマにしたクラスです。
中高生	中学生～高校生対象。テニスのマナー・ルールはもちろん、学校のクラブだけではもの足りない方や、上質な指導を受けたい方のクラスです。
エレメンタリー	年齢・体格に合ったプログラム&ボールで練習し、テニス技術の向上と、挨拶や礼儀の指導も行います。
トーナメント	テニスに本格的に取り組み、各大会の上位成績やプロを目指すためのエキスパート育成コース、専任コーチが徹底指導いたします。