

# テニススクール 01月～03月スケジュール&レッスン内容



R05.12.06作成

## ● スケジュール

曜 日	クラス	時 間	1月	2月	3月	振替・休講
月曜日	一般 初中級	10:00～11:30	8、15、22、29日	5、12、19、26日	4、11、18、25日	
	Jr. 初級	17:00～18:00				
	Jr. 初中級	18:00～19:00				
	一般 初中級	19:00～20:30				
木曜日	一般 中級	10:00～11:30	4、11、18、25日	1、8、15、22日	7、14、21、28日	
	Jr. 初級	17:00～18:00				
	Jr. 初中級	17:00～18:00				
	Jr. 初級	18:00～19:00				
	Jr. 初中級	18:00～19:00				
	Jr. 中学生	19:00～20:00				
	一般 初中級	19:00～20:30				
金曜日	一般 初級	10:00～11:30	5、12、19、26日	2、9、16、23日	1、8、15、22日	
	Jr. 初級	17:00～18:00				
	Jr. 初中級	18:00～19:00				

## ● レッスン内容

レベル	内 容	持 物
初 級	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ストローク…フォアバックグリップチェンジ、フットワーク</li> <li>・ボレー…ボレースマッシュ</li> <li>・試合形式…お友達と試合</li> </ul>	ラケット タオル 飲み物 帽子
初 中 級	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ストローク…フットワークを使ったストローク</li> <li>・ボレー…ボレースマッシュ</li> <li>・試合形式…サーブから試合</li> </ul>	
中 級	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ストローク…クロス打ち分け</li> <li>・ボレー…ストロークからボレー</li> <li>・試合形式…サーブからシングルス</li> </ul>	