

門真南テニススクール

時間/曜日	月	火	水	木	金	曜日/時間	土	曜日/時間	日
9:20 ～		レディース	初心・初級			9:00 ～	中級	9:00 ～	初中級
10:50 ～		中田	三本			10:25 ～	中田	10:25 ～	野村
11:00 ～		初中級	中級			10:30 ～	初中級	10:30 ～	中級
12:30 ～		中田	三本			11:55 ～	中田	11:55 ～	野村
13:20 ～	中級		初中級			12:00 ～	テーマ別	12:00 ～	初心・初級
14:50 ～	野村		三本			13:25 ～	野村	13:25 ～	野村
15:30 ～	キッズ		キッズ	キッズ		13:30 ～	ジュニア1	13:30 ～	テーマ別
16:25 ～	野村		野村			14:25 ～	野村	14:55 ～	野村
16:30 ～	ジュニア1		ジュニア1	ジュニア1	ジュニア1	14:30 ～	ジュニア2		
17:25 ～	野村		野村	野村	三本	15:25 ～	野村		
17:30 ～	ジュニア2		ジュニア2	ジュニア2	ジュニア2	15:30 ～	ジュニア3		
18:25 ～	野村		野村	野村	三本	16:25 ～	野村		
18:30 ～	ジュニア3		ジュニア3	ジュニア3	ジュニア3	18:00 ～	シングルス		
19:25 ～	野村		野村	野村	三本	19:25 ～	野村		
19:35 ～	初心・初級		中級	初心・初級	初中級	19:35 ～	初中級		
21:00 ～	野村		野村	野村	三本	21:00 ～	野村		

1月テーマ別			
日付	クラス	テーマ	内容
13日/21日	初心・初級	ゲーム形式	ロブを上げましょう
14日/27日	初中級	ゲーム形式	雁行陣VS雁行陣
20日/28日	中級	ゲーム形式	平行陣VS雁行陣

1月日程表						
月	火	水	木	金	土	日
1/1	1/2	1/3	1/4～1/7 特別レッスン開講(別紙参照)			
1/8	1/9	1/10	1/11	1/12	1/13	1/14
1/15	1/16	1/17	1/18	1/19	1/20	1/21
1/22	1/23	1/24	1/25★	1/26★	1/27★	1/28★
1/29★	1/30★	1/31★				

- ★印の期間に来月分のお月謝をお支払いください。
 ■1/4(木)～1/7(日)までは特別レッスンを行います。
 内容は別紙参照。
 ■1/8(月・祝)は「テニスの集い」を行います。たくさん試合をしましょう

初心・初級	初めてラケットを持つ方や、ブランクのある方向けのレッスン。ボール出しを中心に生徒同士でのラリーの目標にした内容
初中級	基本練習とラリーの他にダブルスの動き方を学びながら、ゲームを行っていきます。
中級	ダブルスの動きを理解していて、ポイントを取るための実践的な動きを行っていくクラス。
レディース	レディースダブルスでの戦い方を学ぶレッスン(中級以上)
シングルス	シングルスでの戦い方を学ぶレッスン(中級以上)
キッズ	4歳～未就学児を対象としたレッスン。コーチとのラリーが目標。通常コートの約4分の1(レッドボール)
ジュニア1	小学生の初心者を対象としたレッスン。コーチとのラリーが目標。通常コートの約3分の2(オレンジボール)
ジュニア2	小学生のテニス経験者を対象としたレッスン。ジュニア同士のラリーが目標。通常コート(通常ボール)
ジュニア3	中学生と小学生の合同レッスン。ラリーを中心にレッスンを行い、ゲームができるようになるのが目標。(通常ボール)

門真市立青少年運動広場/テニスコート

住所:大阪府門真市三ツ島3-12-6 TEL:072-881-4343/080-2438-2943 URL:oku-kadoma.jp