RKKルーデンステニスクラブ

231期　4,5月スクールスケジュール表

	月				火				水	木				金				土			日		
9:15									定休日														
9:30																					Jr0 中村	Jr0 藤田	Jr0 築嶋
10:15																							
10:30																							
11:00	初級 高木	中級 徳永	上級 辻		初級 宮上	中級 徳永				初級 高木	中級 辻	上級 徳永		初級 宮上	中級 中村	上級 徳永		中級 辻	上級 中村		初級 藤田	中級 中村	上級 乾
11:30																							
12:00																							
12:30	初心者 辻				初心者 徳永									初心者 中村									
13:00																							
13:30																		上級 辻	中級 中村				
14:00																							
14:30																							
15:00																		Jr1 高木		A2 中村			
15:30																							
16:00					会員 中村													Jr1 高木	A5 辻		会員 中村		
16:30																							
17:00				A5 辻・中村				A5 辻・高木									A5 辻・高木		A4 徳永				
17:30	Jr0 高木				Jr1 宮上					Jr1 辻	Jr0 高木	A4 徳永			Jr1 宮上			Jr1 谷山		A1 辻	V高1 高木	V高2 中村	
18:00			A3 徳永	A2 辻			A4 徳永	A2 辻								A4 中村	A2 辻		A3 徳永				
18:30	Jr1 中村				Jr1 宮上					Jr1 辻	Jr0 高木				Jr0 宮上			Jr1 谷山			初級 高木	中級 中村	
19:00							A3 徳永									A3 中村							
19:30	初級 谷山	中級 徳永	上級 中村		初級 中村	中級 築嶋				S高1 柿原	中級 藤田	上級 辻	A1 乾	初級 谷山	中級 藤田			U高1 島本	中級 谷山	上級 高木			
20:00				A1 辻				A1 辻									A1 辻						
20:30																							
21:00	初心者 築嶋	QZ高2 谷山	中級 徳永		RZ高2 築嶋	中級 宮上	上級 中村			初心者 藤田	初級 高木	中級 柿原		TZ高1 谷山	TZ高2 藤田			初心者 高木	初級 谷山	中級 島本			
21:30																							
22:00																							

初心者	初めてテニスをする方、グランドストロークを中心に
初級	グランドストロークを中心に、雁行陣ダブルスのゲームまで
中級	ボレー対グランドストロークを中心に、雁行陣から並行陣へのダブルス
上級	すべてのショット、サーブ＆ボレーからのダブルス

高1	高校生初級、基本練習とフットワークを中心にラリーの安定、シングルスとダブルス
高2	高校生中級、回転とスピードでより安定するように、シングルスとダブルス

Jr0	ボールに慣れる。フォームを習得しラリーができるまで。
Jr1	ゲームを楽しむ。すべてのショットをゲームの中で出せるように。
A5	初心者テニスを最初の段階から競技として考える
A4	試合に出場する。色々なショットを学び試合で発揮出来るように。
A3	大会で上位を目指す。心技体を考え自分に足りないところを鍛え成長できるように。
A2	地域大会で上位を目指す。3セットマッチを戦えるよう考え工夫する。
A1	自分のカテゴリーで上位を目指す。どのような選手でも対応できるように考えを工夫する。
会員	会員レッスン

お気軽にお問い合わせください！

TEL 096-379-3636　FAX 096-379-3640