

2019/5～

ATKテニススクール タイムテーブル

時間	月	火		水		木		金		時間	土		日	
9:00 ～ 10:30	お 休 み	中・中上級	LT 3 高橋	初・初中級	LT 2 高橋	初・初中級	LT 1 和田	中上・上級	初中・中級	9:00 ～ 10:30	初・初中級	上・T	初・初中級	上・T
10:30 ～ 12:00		柳原	高橋	和田	高橋	柳原	和田	和田	柳原	10:30 ～ 12:00	和田	柳原	高橋	柳原
12:00 ～ 13:30		中級	中・中上級	中・中上級	中上・上級	中級	中上・上級	初中級	中・中上級	12:00 ～ 13:30	中級	中上・上級	中・中上級	中上・上級
		柳原	高橋	和田	高橋	和田	柳原	関口	柳原	12:00 ～ 13:30	和田	柳原	柳原	高橋
		中上・上級		初中・中級	LT 2 高橋	中・中上級	LT 2 柳原	初・初中 (ベテラン)	LT 1 柳原	12:00 ～ 13:30	上級	中級	中上・上級	中級以上 (テクニカル)
		柳原	LT 3 高橋 ～14:30	和田	高橋	和田	柳原	関口	柳原	13:30	和田	柳原	柳原	高橋
16:30～ 17:30		E1 山田		K 和田		E1 和田		K 和田		16:30 ～ 18:00	初中・中級			
17:30～ 18:30		E2 山田	E3 柳原	E1 松岡	E2 高橋	E2・E3 柳原		E1 和田	E2 柳原	18:00 ～ 19:30	和田	E2・E3 柳原		
18:30 ～ 20:00		H2 柳原		H2 高橋	H3～H4 和田	H3～H4 柳原		H1～H2 和田	H3 柳原	18:00 ～ 19:30	H1～H2 竹内			
20:00～ 21:00							19:30～ 中級～上級 和田			19:30 ～ 21:00		中級～上級 和田		

体験レッスン随時受付中

レベルのご案内
一般

レベル	内容
初心者	まったくテニスを経験した事のない方、 少しでも経験した事はあるが、ラリーが続かない方
初級	ストロークラリーが出来る様になり、サービスからゲームが出来る方
初中級	ベースラインでラリーが続けられ、 ボレー・サービスのフォームは把握してて安定してない
中級	ベースラインでストロークをいつでも繋げる事が出来、 ボレー・スマッシュもでき、雁行陣から平行陣への移行
中上級	ダブルスのフォーメーションを理解し、 応用ストロークや特殊ショットを使いゲーム運びができる。
上級	サーブ&ネットプレーのようなパターンプレイや 特殊ショットを緩急をつけて高度なゲーム展開ができる。
トーナメント	試合に勝つ事を目的とされ、体力・技術ともに優れている方
LT	女子実践クラス、試合に出場し勝ち星を目標とする(選考有り)

ジュニアカレッジ

クラス	使用ボール	対象年齢	内容
キンダー	K	幼稚園年中～小学1年	遊びの中からレッドボールでゲームの楽しさを覚える。
エレメンタリー	E1	小学1年～小学4年	テニスを楽しみながら、身体を使い、ラケットワークを覚える。
	E2	小学1年～小学6年	コーチとならラリーが続けられ、ゲームの楽しさを覚える
	E3		基本ができ、サービスからゲームを楽しめる。
ハイスクール	H1	中学1年～高校3年生	これからテニスを始める方、コーチとならラリーが出来る。
	H2	小学5年～高校3年生	各ショットがある程度でき、ゲームフォーメーションを覚える。
	H3	中学1年～高校3年生	各ショットが安定し、ゲームで使える事を目標にする。
	H4		フィジカル面やメンタル面を学び、試合での勝利を目指す。

※但し、年齢表記はあくまでも参考です。



ATKテニススクール 狛江校

狛江市中和泉2-27-11 狛江ラケットクラブ内



TEL 03-5761-5229 FAX 03-5761-5239