

# A T K 国分寺校・東村山校 レッスンスケジュール 2019年10月1日～

	月		火		水		木		金			土		日	
	国分寺	東村山	国分寺	東村山	国分寺	東村山	国分寺	東村山	国分寺	東村山		国分寺	東村山	国分寺	東村山
9:00	中級・中上級 (G) 森金	中級・中上級 大澤	初中級・中級 和田		上級 新谷	中上級・上級 (G) 大澤	中級・中上級 関口	中上級 高橋	初級・初中級 (悠々) 森金		9:00	上級 大澤	中上級・上級 中村	中級・中上級 吉田	
10:30	レディース上級 (G) 森金	10:45~ 初級・初中級 大澤	中級・中上級 和田		中級・中上級 新谷	10:45~ 中級 大澤	初級・初中級 関口	レ	中級・中上級 (G) 森金	レ	10:30	中級 大澤	10:45~ 中級・中上級 中村	初中・中級 吉田	10:15~ 上級・T 大澤
12:00	初級・初中級 関口	12:30~ 上級 (G) 大澤	レディース上級 (G) 和田			12:30~ 初級・初中級 大澤	上級 高橋	ン	中級・中上級 大澤	ン	12:00	初級・初中級 菅原	12:30~ Jr. - A I 中村	トーナメント 吉田	12:00~ 中級・中上級 大澤
14:00			初心者・初級 菅原					タル			タル			Jr. - A I 関口	
15:30			15:30~ Kids		15:30~ Kids									Jr. - A II 関口	14:45~ Jr. - B I
16:00			~16:20 和田		~16:20 新谷	16:00~ Jr. - A I 大澤								上級・T 吉田	大澤
16:30	Jr. - A I 関口	Jr. - A I 大澤	Jr. - A I 菅原		Jr. - A I 新谷	Jr. - B I 大澤	Jr. - A I 関口	コ	Jr. - A I 大澤	コ	16:30	初中級・中級 菅原		中級・中上級 関口	16:30~ Jr. - A I 大澤
17:30	Jr. - A II 関口		Jr. - A II 菅原		Jr. - A II 菅原	大澤	Jr. - A II 関口	一	Jr. - A II 大澤	一	17:00	菅原		中級・中上級 関口	
18:30	Jr. - B I 関口		初中級 菅原		Jr. - B I 菅原	~18:30	初心者・初級 関口	ト	Jr. - B I 大澤	ト	18:00	Jr. - B I・II 大澤		Jr. - B II (部活) 関口	
20:00	初級・初中級 関口		中上級以上 (Hit & Run) 菅原		中級・中上級 菅原		中級 (Hit & Run) 関口		トーナメント 大澤		18:30	大澤			
21:30											19:30	上級 菅原			
											21:00				

### レベルのご案内

レベル	一般
初心者	全くテニスを経験した事がない方。少しでも経験したことはあるが、ラリーが続かない方。
初級者	ベースラインでラリーが続けられる方。なんとかサービスをいれることが出来、ゲームができる方。
初中級	ベースラインでラリーが続けられるが、ボレーやサービスのフォームは安定していない方。
中級	遅いボールなら方向や深さがコントロール出来、ボレーやスマッシュも出来るようになってきた方。 雁行陣のポジションが解り、平行陣でも試合運びが出来る様になった方。
中上級	雁行陣、平行陣のポジションを理解して試合を進めることができる方。 応用ストロークや特殊なショット使いゲーム運びができる方。
上級	サーブ&ネットプレーのようなパターンや、特殊ショットを打ちゲームが出来る
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。

レベル	ボールの種類	ジュニア
KIDS	レッド	満4歳~(年中・年長対象) 走る、跳ぶ、投げる、打つを基本にテニスの楽しさを覚える。
A I	レッド~ オレンジ	小学生の初心者~初級者を対象とし、投げる・走る・跳ぶを基本に 球出しのボールなら、フラットに返球が出来る
A II	オレンジ~グリーン	小学生のテニス経験が2年以上が目安、サービスからシングルの試合が出来、 生徒同士でもラリーが繋がる。ボレーも多少なら出来る。
B I	グリーン	小学校5年生~中学生のテニス経験無しまたは1年未満。 基本的な打ち方は出来るが、安定しない。
B II	イエロー	小学校5年生~中学生経験者対象。 基本的な打ち方をマスターし、ボールにしっかりと回転かけることが出来る。 ゲーム運びが出来る。