

2020.9月～

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 柳原	LT 3 高橋	中上級 和田	LT 2 高橋	初・初中級 柳原	LT 1 和田	中上・上級 和田	初中・中級 柳原	9:00 ～ 10:30	初・初中級 和田	上・T 柳原	初・初中級 高橋	上・T 柳原
10:30 ～ 12:00		中級 柳原	中・中上級 高橋	中・中上級 和田	中上・上級 高橋	中級 和田	中上・上級 柳原	初中級 関口	中・中上級 柳原	10:30 ～ 12:00	中級 和田	中上・上級 柳原	中・中上級 柳原	中上・上級 高橋
12:00 ～ 13:30		中上・上級 柳原	13:00～ LT 3 高橋	初中・中級 和田	LT 2 高橋	中・中上級 和田	LT 2 柳原	初・初中 (ベテラン) 関口	LT 1 柳原	12:00 ～ 13:30	上級 和田	中級 柳原	中上・上級 柳原	中級以上 (テクニカル) 高橋
16:30～ 17:30		E1 高橋	17:30～	K.E1 和田	17:30～	E1 和田	17:30～	K 松岡	17:30～	16:30～ 17:30	E1 和田	17:30～		
17:30～ 18:30		E2 高橋	E3 柳原	E1 和田	E2 高橋	E2.E3 柳原		E1 松岡	E2.E3 柳原	18:00 ～ 19:30	H1.2 竹内	E2 柳原		
18:30 ～ 20:00		H1 柳原		H2 高橋	H3～H4 和田	H3～H4 柳原	19:30～	H3～H4 柳原		19:30 ～ 21:00	中級～上級 和田			
20:00～ 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、 少しだけ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るが安定してない
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、試合に出場し勝ちきる事を目標とする(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 小学1年～小学4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。 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。
エレメンタリー	E1		
	E2	オレンジ	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 基本ができ、サービスからゲームを楽しめる。
	E3	グリーン	
ハイスクール	H1	小学1年～高校3年生 小学5年～高校3年生 中学1年～高校3年生	イエロー 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。 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。 各ショットが安定し、ゲームで使える事を目標にする。 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。
	H2		
	H3		
	H4		

※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