

東村山校

レッスントイムテーブル

2021年8月～

| 時間 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 時間 | 土 | 日 | |
|--------|--|---------------------------------|---------------------------------|------------------|------------------------------|-----------|------------------|---|-------|
| 9:00 | 中上級・上級(G) 関口 | 女子(G) D級(中上級以上) 和田 | 中級・中上級 高橋 | 中級・中上級 関口 | | 9:00 | 中上級・上級 高橋 | レンタルコート 10:00迄 (契約者) 10:15～11:45 | |
| 9:15 | | | | | | 10:00 | | | |
| 9:30 | | | | | | 10:15 | | | |
| 9:45 | | | | | | 10:30 | | | |
| 10:00 | | | | | | 10:45 | | | |
| 10:15 | | | | | | 11:00 | | | |
| 10:30 | 10:45～12:15 | 10:45～12:15 | 10:45～12:15 | 10:45～12:15 | 10:45～12:15 | 10:30 | 10:45～12:15 | 上級・T | |
| 10:45 | 中級・中上級 関口 | 初中・中級 和田 | 初中級・中級 高橋 | 初中級・中級 関口 | 初中・中級 森金 | 10:45 | 中級・中上級 中村 | 12:00～13:30 | |
| 11:00 | | | | | | 11:00 | | | |
| 11:15 | | | | | | 11:15 | | | |
| 11:30 | | | | | | 11:30 | | | |
| 11:45 | | | | | | 11:45 | | | |
| 12:00 | | | | | | 12:00 | | | |
| 12:15 | 12:30～14:00 | 12:30～14:00 | 12:30～14:00 | 12:30～14:00 | 12:30～14:00 | 12:15 | 12:30～13:30 | 中上級 | |
| 12:30～ | 初心者・初級 高橋 | 中級・中上級 和田 | | 中上・上級 高橋 | 初心者・初級 森金 | 12:30～ | Jr. - A I | 13:45～15:15 | |
| 12:45 | | | | | | 12:45 | | | |
| 13:00 | | | | | | 13:00 | | | |
| 13:15 | | | | | | 13:15 | | | |
| 13:30 | | | | | | 13:30 | | | |
| 13:45 | | | | | | 13:45 | | | |
| 14:00～ | レンタルコート 14:00～16:00 (契約者) 16:30～17:30 | 14:15～15:45 | レンタルコート 14:00～16:00 (契約者) | 16:30～17:30 | 女子(G) D級(中上級以上) 和田 | 14:00～ | 上級・T 高橋 | 15:30～17:00 | |
| 14:15 | | | | | | 14:15 | | | |
| 14:30 | | | | | | 14:30 | | | |
| 14:45 | | | | | | 14:45 | | | |
| 15:00 | | | | | | 15:00 | | | |
| 15:15 | | | | | | 15:15 | | | |
| 15:30 | | 15:30 | | | | | | | |
| 15:45 | | 15:45 | | | | | | | |
| 16:00～ | | レンタルコート 16:00～18:30 (契約者) | 17:45～18:45 | | 17:45～18:45 | Jr. - A I | 16:30 | 初級・初中級 菅原 | 17:00 |
| 16:45 | | | | | | | 16:45 | | |
| 17:00 | | | | | | | 17:00 | | |
| 17:15 | | | | | | | 17:15 | | |
| 17:30 | 17:30 | | | | | | | | |
| 17:45 | 17:45 | | | | | | | | |
| 17:45 | Jr. - A II | Jr. - A II | Jr. - A II | Jr. - A II | Jr. - A II | 17:45 | 18:15～ | 中級・中上級 | |
| 18:00 | 18:00 | | | | | | | | |
| 18:15 | 18:15 | | | | | | | | |
| 18:30 | 18:30 | | | | | | | | |
| 18:45 | 18:45 | | | | | | | | |
| 19:00 | 19:00 | | | | | | | | |
| 19:00～ | 初中・中級 関口 | Jr. - B II | Jr. - B I | Jr. - B I・II | 19:30～21:00 | 19:00 | 上級・T 和田 | 19:45終了 | |
| 19:15 | | | | | | 19:15 | | | |
| 19:30 | | | | | | 19:30 | | | |
| 19:45 | | | | | | 19:45 | | | |
| 20:00 | | | | | | 20:00 | | | |
| 20:15 | | | | | | 20:15 | | | |
| 20:30 | 20:30 | | | | | | | | |
| 20:45 | 20:45 | | | | | | | | |
| | | | | | | 20:45 | | 関口 | |

| レベル | 一般 | レベル | ボールの種類 | ジュニア |
|--------|--|------------|-----------|--|
| 初心者 | 全くテニスを経験した事がない方。少しだけ経験したことはあるが、ラリーが続かない方。 | A I (低学年) | 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することができる。 |
| 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。 | A II (高学年) | 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、生徒通しでもラリーがつかがる。ボレーも多少なら出来る。 |
| 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 | B I・II | グリーン～イエロー | 小学校5.6年の経験者、もしくは中学生の初級者(初心者も可)。硬式ボールへの移行期間、ストロークができ、サービスからシングルのゲームができる程度。B IIは中学生のサービスからラリーが出来る。 |
| 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。 | | | |