

レッスンタイムスケジュール 2026年【7・8月期】

月曜日 Monday		火曜日 Tuesday		水曜日 Wednesday		木曜日 Thursday		
Aコート		Aコート	Cコート	Aコート	Cコート	Aコート	Bコート	Cコート
【L T】◎ 9:20-10:50 上野コーチ 不定期レッスン 開催日【7/13 8/3 8/24 8/31】 7月：雁行陣のGS 8月：スライス系		【中級】◎ 9:20-10:50 大矢コーチ 7月：サーブ&レシーブ 8月：サーブ&レシーブ	【L T】◎ 9:40-11:10 良太コーチ 7月：陣形 8月：陣形	【L T】◎ 9:20-10:50 上野コーチ 7月：雁行陣のGS 8月：アングル・ドロップ	【中級】◎ 9:20-10:50 永尾コーチ 7月：ストローク 8月：ストローク	【L T】◎ 9:00-10:30 上野コーチ 7月：ゲーム練多め 8月：スライス系	【中級】◎ 9:20-10:50 山田コーチ ⇒富田コーチ コーチ変更 7月：ストロークコントロール 8月：ストロークコントロール	【L T A】◎ 9:00-10:30 梁川コーチ 7月：ロブと足元の使い分け 8月：ロブと足元の使い分け
【L T A】◎ 11:00-12:30 上野コーチ 不定期レッスン 開催日【7/13 8/3 8/24 8/31】 7月：アングル・ドロップ 8月：動き少ラリー		【L T A】◎ 11:00-12:30 大矢コーチ 7月：サーブ&レシーブ 8月：サーブ&レシーブ	【L T ビギナーシングルス】◎ 11:20-12:50 良太コーチ 7月：バックハンドST 8月：チャンスボール	【L T S】【L T A】◎ を交互に実施 11:15-12:45 上野コーチ 7月：動き少ラリー 8月：アングル・ドロップ	【中上級】◎ 11:00-12:30 永尾コーチ 7月：ストローク 8月：ストローク	【L T】◎ 11:00-12:30 上野コーチ 7月：アングル・ドロップ 8月：雁行陣のGS	【中上級】◎ 11:00-12:30 山田コーチ ⇒富田コーチ コーチ変更 7月：ストロークコントロール 8月：ストロークコントロール	【L T シングルス】◎ 10:40-12:10 梁川コーチ 7月：強みの活かし方 8月：強みの活かし方
				【中級】◎ 11:00-12:30 山田コーチ →今期から休講	【ビギナーシングルス】◎ 12:40-14:10 永尾コーチ 7月：ストローク 8月：ストローク	【振替差額】 ①→② 追加300円 ②→③ 追加300円 ①→③ 追加600円		
【シングルス】◎ 20:30-22:00 高島コーチ 7月：ネットプレーの強化 8月：ネットプレーの強化	【上級】◎ 20:30-22:00 山田コーチ →今期から休講		【シングルスEX】◎ 撮影サービス付 20:30-22:00 良太コーチ 7月：粘るラリー 8月：粘るラリー	【ビギナーシングルス】◎ 20:30-22:00 山田コーチ ⇒角コーチ コーチ変更 7月：センターからの展開 8月：アプローチからの展開				

金曜日 Friday		土曜日 Saturday			日曜日 Sunday		
Aコート	Cコート	Aコート	Bコート	Cコート	Aコート	Bコート	Cコート
【中上級】◎ 9:20-10:50 木村コーチ 7月：スマッシュ 8月：高い打点のボレー	【L T A】◎ 9:20-10:50 木原コーチ 7月：柔能く剛を制す 8月：柔能く剛を制す	【ビギナーシングルス】◎ 7:30-9:00 良太コーチ 7月：フォアハンドST 8月：バックハンドST		【上級】◎ 8:00-9:30 星野コーチ 7月：ミスを減らす 8月：ミスを減らす	【上級】◎ 8:00-9:30 大矢コーチ 7月：サーブ&レシーブ 8月：サーブ&レシーブ	【中上級】◎ 8:00-9:30 週替わりコーチ 7月：当日コーチから発表 8月：当日コーチから発表	【シングルス】◎ 7:30-9:00 永尾コーチ 7月：ストローク 8月：ストローク
【超ビギナーシングルス】◎ 11:00-12:30 木村コーチ 7月：スライス 8月：ドロップ	【L T】◎ 11:00-12:30 木原コーチ 7月：柔能く剛を制す 8月：柔能く剛を制す	【中級】◎ 9:30-11:00 上野コーチ 1名コーチハ 7月：ゆっくりしっかり 8月：ゲーム練多め	【ビギナーシングルス】◎ 9:30-11:00 星野コーチ NEW!! 7月：新クラス！ 8月：新クラス！	【ビギナーシングルス】◎ 8:30-10:00 上村コーチ 7月：相手の動きを見る 8月：迷わず決断する	【中上級】◎ 9:40-11:10 大矢コーチ 7月：サーブ&レシーブ 8月：サーブ&レシーブ	【中級】◎ 9:40-11:10 週替わりコーチ 7月：当日コーチから発表 8月：当日コーチから発表	【シングルスショット強化】◎ 9:10-10:40 永尾コーチ 7月：ストローク 8月：ストローク
		【中上級】◎ 11:00-12:30 星野コーチ 7月：ミスを減らす 8月：ミスを減らす		【シングルス】◎ 10:10-11:40 上村コーチ 7月：相手の動きを見る 8月：迷わず決断する	【上級】◎ 11:20-12:50 大矢コーチ 7月：サーブ&レシーブ 8月：サーブ&レシーブ	【中上級】◎ 11:20-12:50 週替わりコーチ 7月：当日コーチから発表 8月：当日コーチから発表	
【定員に関して】 Capacity							
【一般クラス】 ・コート1面&コーチ1名 8名まで ・コート2面&コーチ1名 12名まで ・コート2面&コーチ2名 16名まで		【シングルス】 ・コート1面&コーチ1名 6名まで ・コート2面&コーチ1名 10名まで ・コート2面&コーチ2名 12名まで		【L T (レディーストーナメント)】 ・コート1面&コーチ1名 6名まで ・コート2面&コーチ1名 10名まで ・コート2面&コーチ2名 12名まで			

※7/20(月)は祝日の為、お休みとなります。

※8/9(日)～8/22(土)は「スクール夏休み」となります。

レッスンタイムスケジュール 2026年【9・10月期】

月曜日 Monday		火曜日 Tuesday		水曜日 Wednesday		木曜日 Thursday		
Aコート	Aコート	Cコート	Aコート	Bコート	Cコート	Aコート	Bコート	Cコート
【L T】◎ 9:20-10:50 上野コーチ 不定期レッスン 開催日【9/7 9/28 10/5】 9月：アプローチ+α 10月：自分の位置・役割	【中級】◎ 9:20-10:50 大矢コーチ 9月：サーブ&レシーブ 10月：サーブ&レシーブ	【L T】◎ 9:40-11:10 良太コーチ 9月：ボレー 10月：配球	【L T】◎ 9:20-10:50 上野コーチ 9月：上位者との試合想定 10月：ロブの処理		【中級】◎ 9:20-10:50 永尾コーチ 9月：ストローク 10月：ストローク	【L T】◎ 9:00-10:30 上野コーチ 9月：自分の位置・役割 10月：アプローチ+α	【中級】◎ 9:20-10:50 富田コーチ 9月：ストローク・ボレー配球 10月：ストローク・ボレー配球	【L T A】◎ 9:00-10:30 梁川コーチ 9月：我慢とそこからの展開 10月：我慢とそこからの展開
【L T A】◎ 11:00-12:30 上野コーチ 不定期レッスン 開催日【9/7 9/28 10/5】 9月：ネットプレー 10月：並行陣ラリー	【L T A】◎ 11:00-12:30 大矢コーチ 9月：サーブ&レシーブ 10月：サーブ&レシーブ	【L T ビギナーシングルス】◎ 11:20-12:50 良太コーチ 9月：動いて打つ 10月：チャンスボール	【L T S】 【L T A】◎ を交互に実施 11:15-12:45 上野コーチ 9月：NETラリー&ゲーム 10月：GSラリー&ゲーム	【L T】◎ NEW 11:00-12:30 富田コーチ 9月：新クラス!! 10月：新クラス!!	【中上級】◎ 11:00-12:30 永尾コーチ 9月：ストローク 10月：ストローク	【L T】◎ 11:00-12:30 上野コーチ 9月：打球方向の選択 10月：ロブの処理	【中上級】◎ 11:00-12:30 富田コーチ 9月：ストローク・ボレー配球 10月：ストローク・ボレー配球	【L T シングルス】◎ 10:40-12:10 梁川コーチ 9月：我慢!!! 10月：我慢!!!
					【ビギナーシングルス】◎ 12:40-14:10 永尾コーチ 9月：ストローク 10月：ストローク	【振替差額】 A→B 追加300円 B→C 追加300円 A→C 追加600円		
【シングルス】◎ 20:30-22:00 高島コーチ 9月：ネットプレー強化 10月：ネットプレー強化	【上級】◎ 20:30-22:00 山田コーチ 今期から復講 9月：ダブルス強化練習 10月：ダブルス強化練習	【ビギナーシングルス】◎ 20:30-22:00 秋本コーチ 9月：新クラス!! 10月：新クラス!!	【シングルスEX】◎ 撮影サービス付 20:30-22:00 良太コーチ 9月：ラリー 10月：ポイント形式	【ビギナーシングルス】◎ 20:30-22:00 角コーチ ⇒ 藤藤コーチ 9月：新クラス!! 10月：新クラス!!				
金曜日 Friday		土曜日 Saturday			日曜日 Sunday			
Aコート	Cコート	Aコート	Bコート	Cコート	Aコート	Bコート	Cコート	
【中上級】◎ 9:20-10:50 木村コーチ 9月：バックハイボレー 10月：ショットクロス	【L T A】◎ 9:20-10:50 木原コーチ 9月：勝てる戦術とショット 10月：勝てる戦術とショット	【ビギナーシングルス】◎ 7:30-9:00 良太コーチ 9月：ボレー 10月：ラリー		【上級】◎ 8:00-9:30 星野コーチ 9月：スプリットステップ 10月：スプリットステップ	【上級】◎ 8:00-9:30 大矢コーチ 9月：サーブ&レシーブ 10月：サーブ&レシーブ	【中上級】◎ 8:00-9:30 週替わりコーチ 9月：当日コーチから発表 10月：当日コーチから発表	【シングルス】◎ 7:30-9:00 永尾コーチ 9月：ストローク 10月：ストローク	
【超ビギナーシングルス】◎ 11:00-12:30 木村コーチ 9月：スライス 10月：ドロップショット	【L T】◎ 11:00-12:30 木原コーチ 9月：勝てる戦術とショット 10月：勝てる戦術とショット	【中級】◎ 9:30-11:00 上野コーチ 9月：各ショット基本 10月：ラリー・ゲーム	【ビギナーシングルス】◎ 9:30-11:00 星野コーチ 9月：スプリットステップ 10月：スプリットステップ	【ビギナーシングルス】◎ 8:30-10:00 上村コーチ 9月：懐を深く 10月：リズムよく動く	【中上級】◎ 9:40-11:10 大矢コーチ 9月：サーブ&レシーブ 10月：サーブ&レシーブ	【中級】◎ 9:40-11:10 週替わりコーチ 9月：当日コーチから発表 10月：当日コーチから発表	【シングルスショット強化】◎ 9:10-10:40 永尾コーチ 9月：ストローク 10月：ストローク	
		【中上級】◎ 11:00-12:30 星野コーチ 9月：スプリットステップ 10月：スプリットステップ		【シングルス】◎ 10:10-11:40 上村コーチ 9月：懐を深く 10月：リズムよく動く	【上級】◎ 11:20-12:50 大矢コーチ 9月：サーブ&レシーブ 10月：サーブ&レシーブ	【中上級】◎ 11:20-12:50 週替わりコーチ 9月：当日コーチから発表 10月：当日コーチから発表		
【定員に関して】 Capacity								
【一般クラス】 ・コート1面&コーチ1名 8名まで ・コート2面&コーチ1名 12名まで ・コート2面&コーチ2名 16名まで		【シングルス】 ・コート1面&コーチ1名 6名まで ・コート2面&コーチ1名 10名まで ・コート2面&コーチ2名 12名まで		【LT（レディーストーナメント）】 ・コート1面&コーチ1名 6名まで ・コート2面&コーチ1名 10名まで ・コート2面&コーチ2名 12名まで		【LT（レディーストーナメント）】 ・コート1面&コーチ1名 6名まで ・コート2面&コーチ1名 10名まで ・コート2面&コーチ2名 12名まで		

※9/21(月)・9/22(火)・9/23(水)・10/12(月)は祝日の為、お休みとなります。
 ※10/29(木)・10/30(金)・10/31(土)は期の9週目なので振替レッスンとなります。在籍の方は自動で予約されておりません。