レッスンタイムスケジュール　２０２６年【11・12月期】

月曜日 Monday	火曜日 Tuesday			水曜日 Wendesday			木曜日 Thursday		
A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	Aコート	Bコート	Cコート
【ＬＴ】Ⓑ 9:20-10:50 上野コーチ 不定期レッスン 開催日 【11/16　11/30 12/14 12/21 】 11月：並行陣ラリー 12月：ロングラリー	【中級】Ⓐ 9:20-10:50 大矢コーチ 11月：丁寧なアプローチ 12月：丁寧なアプローチ		【ＬＴ】Ⓑ 9:40-11:10 良太コーチ 11月：戦術を使う 12月：リターン	【ＬＴ】Ⓑ 9:20-10:50 上野コーチ 11月：手を渡すショット 12月：様子見		【中級】Ⓐ 9:20-10:50 永尾コーチ 11月：ストローク 12月：ストローク	【ＬＴ】Ⓑ 9:00-10:30 上野コーチ 11月：しっかり、とミス 12月：フィジカルの重要性	【中級】Ⓐ 9:20-10:50 富田コーチ ⇒ 山田コーチ コーチ変更 11月：楽しくテニス 12月：楽しくテニス	【ＬＴＡ】Ⓑ 9:00-10:30 梁川コーチ 11月：ベース、球種で作る 12月：ベース、球種で作る
【ＬＴＡ】Ⓑ 11:00-12:30 上野コーチ 不定期レッスン 開催日 【11/16　11/30 12/14 12/21 】 11月：細かい処理 12月：逃げるショット	【ＬＴＡ】Ⓑ 11:00-12:30 大矢コーチ 11月：丁寧なアプローチ 12月：丁寧なアプローチ		【ＬＴビギナーシングルス】Ⓑ 11:20-12:50 良太コーチ 11月：リターン 12月：ドロップショット	【ＬＴＳ】【ＬＴＡ】Ⓑ を交互に実施 11:15-12:45 上野コーチ 11月：凡ミスをなくす 12月：マイナスを減らす	【ＬＴ】Ⓑ 11:00-12:30 富田コーチ →今期から休講	【中上級】Ⓐ 11:00-12:30 永尾コーチ 11月：ストローク 12月：ストローク	【ＬＴ】Ⓑ 11:00-12:30 上野コーチ 11月：技術 12月：しっかりとミス	【中上級】Ⓐ 11:00-12:30 富田コーチ ⇒ 山田コーチ コーチ変更 11月：相手を崩す 12月：相手を崩す	【ＬＴシングルス】Ⓑ 10:40-12:10 梁川コーチ 11月：ベース、球種を変える 12月：ベース、球種を変える
【ジュニア】Ⓒ 17:30-18:30 斎藤コーチ 11月：当日コーチから発表 12月：当日コーチから発表						【ビギナーシングルス】Ⓑ 12:40-14:10 永尾コーチ 11月：ストローク 12月：ストローク			
【シングルス】Ⓒ 20:30-22:00 髙島コーチ 11月：基礎レベル向上 12月：基礎レベル向上	【上級】Ⓑ 20:30-22:00 山田コーチ 11月：ダブルス強化練 12月：ダブルス強化練	【中級】Ⓑ 20:30-22:00 NEW! 鎌田コーチ 11月：ストロークの強化 12月：ストロークの強化	【ビギナーシングルス】Ⓒ 20:30-22:00 大道寺コーチ 11月：ストローク 12月：ストローク	【シングルスEX】Ⓒ 撮影サービス付 20:30-22:00 良太コーチ 11月：サーブリターン 12月：ボレー	【ビギナーシングルス】Ⓒ 20:30-22:00 齋藤コーチ 11月：とことんラリー 12月：サーブからの展開				

【振替差額】

Ⓐ→Ⓑ　追加300円

Ⓑ→Ⓒ　追加300円

Ⓐ→Ⓒ　追加600円

金曜日 Friday			土曜日 Saturday			日曜日 Sunday		
Aコート	B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 11月：ボーチボレー 12月：ロブ		【ＬＴＡ】Ⓑ 9:20-10:50 木原コーチ 11月：戦術と駆け引き 12月：リズムとタッチ	【ビギナーシングルス】Ⓒ 7：30-9：00 良太コーチ 11月：ブロックリターン 12月：チャンスボール		【上級】Ⓑ 8:00-9:30 星野コーチ 11月：クロスオーバー 12月：クロスオーバー	【上級】Ⓑ 8:00-9:30 大矢コーチ 11月：丁寧なアプローチ 12月：丁寧なアプローチ	【中上級】Ⓑ 8:00-9:30 山田コーチ 11月：相手を崩す 12月：相手を崩す	【シングルス】Ⓒ 7:30-9:00 永尾コーチ 11月：ストローク 12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 11月：回り込みフォア 12月：ドロップ		【ＬＴ】Ⓑ 11:00-12:30 木原コーチ 11月：戦術と駆け引き 12月：リズムとタッチ	【中級】Ⓑ 9:30-11:00 上野コーチ 11月：プチフットワーク 12月：ラリー	【ビギナーシングルス】Ⓒ 9：30-11：00 星野コーチ 11月：クロスオーバー 12月：クロスオーバー	【ビギナーシングルス】Ⓒ 8：30-10：00 上村コーチ 11月：3球ミスをしない 12月：3球ミスをしない	【中上級】Ⓑ 9:40-11:10 大矢コーチ 11月：丁寧なアプローチ 12月：丁寧なアプローチ	【中級】Ⓑ 9:40-11:10 週替わりコーチ 11月：当日コーチから発表 12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 11月：ストローク 12月：ストローク
【中級】Ⓑ 18:50-20:20 NEW!! 大道寺コーチ 11月：ストローク＆ボレー 12月：ストローク＆ボレー			【中上級】Ⓑ 11:00-12:30 星野コーチ 11月：クロスオーバー 12月：クロスオーバー		【シングルス】Ⓒ 10：10-11：40 上村コーチ 11月：3球ミスをしない 12月：3球ミスをしない	【上級】Ⓑ 11:20-12:50 大矢コーチ 11月：丁寧なアプローチ 12月：丁寧なアプローチ	【中上級】Ⓑ 11:20-12:50 週替わりコーチ 11月：当日コーチから発表 12月：当日コーチから発表	【ビギナーシングルス】Ⓒ 10:50-12：20 山田コーチ 11月：振替レッスン 12月：振替レッスン

【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

【ジュニアクラス】
・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

※11/3(火)は祝日、11/23(月)は振替休日の為、お休みとなります。
※12/27(日)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。
※12/28(月)～１月4日(月)は「年末年始スクール冬休み」の為、お休みとなります。

レッスンクラス　レベル詳細

2026年8月更新

	クラス名	クラスレベル	クラス説明
一般	初級	0	テニスを始めたばかりの方中心のクラス。 経験者で、もう一度基礎から学びたい方も お待ちしております。 （現在募集中）
	中級	1	ストローク同士のラリーができるようになり、 ダブルスの雁行陣に加え、 並行陣での試合形式にもチャレンジしていきます。
	中上級	2	スマッシュ、サーブを駆使し、ダブルスの並行陣などを メインに、実践的な内容を学んでいきます。
レディース トーナメント （女性限定）	LT	2	対外試合に定期的に参加している方。 テクニックだけではなく、 試合に勝つにはどのようにすれば良いか、 幅広く学んでゆきます。
	LTA	3	積極的に公式試合に出場し、 日本女子テニス連盟C級以上を目指している方。
	LTS	4	日本女子テニス連盟C級以上に属されている方。 または、コーチにそのレベルと判断された方。
	LTビギナー シングルス	2	今までダブルスをプレーしていたが、 初めてシングルスを経験してみたい方。 1からシングルスの戦い方を学びたい方。
	LTシングルス	3	ビギナーシングルスから更にパワーアップを求め、 本格的にシングルストーナメントに出場している、 もしくはこれから出場する方。

	クラス名	クラスレベル	クラス説明
一般	上級	3	トップスピン、スライスを使い分け、 ダブルスの陣形を学び、ゲームで勝てるような動き、 ショットを練習してゆきます。
	最上級	4	ベテランJOPや市民大会上位を目指す事を 目標にするエクストラクラス。 （現在募集中）
シングルス	超ビギナー シングルス	1	テニスの経験もまだ少ない、かつ シングルスも始めてみたい方への導入クラス誕生♪
	ビギナー シングルス	2	初めてシングルスを経験してみたい方、 1からシングルスの戦い方を学びたい方。
	シングルス	3	シングルスの戦い方がうまくなりたい方、 通常のクラスだと運動量が物足りない方は是非！
	シングルス ショット強化	2	シングルスで使うショットに絞って集中して ショット力を強化していきます。 相手を気にせず練習できる球出し中心！
	シングルスEX	4	ベテランJOPや市民大会上位を目指す事を 目標にするエクストラクラス。 撮影&YouTube非公開アーカイブ保存サービス付
ジュニア NEW!!	ジュニア 小学生の部	なし	小学生限定クラス。 運動能力、集中力、協調性、チャレンジする力の向上を目指し、 何よりもテニスが楽しくなるようプレーしていきます。 NEW!!

※クラスレベルを基準に、在籍以外のクラス
（ご自身と同クラスレベル、または数字の低いクラス）にお振替いただけます。

八王子テニススクール
042-676-2677
tennis.jyras@gmail.com