

集中レッスンスケジュール

【2019年9月】

日にち	曜日	時間	コーチ	メニュー	対象	
2日	月	芝張替え工事のため休講				
5日	木					
7日	土					
8日	日					
9日	月	21:30~22:30	木内	シングルスゲーム練習60分	成人	
12日	木	21:30~22:30	井上	シングルスゲーム練習60分	成人	
14日	土	7:30~9:00	木内	トップスピン	成人	
		7:30~9:00	斎藤	ひたすらラリー(ストローク)	成人	
		7:30~9:00	井上	<男性限定>ダブルスゲーム練習会90分	成人	
15日	日	7:30~9:00	木内	シングルスレッスン(ネットプレー)	成人	
		7:30~9:00	岡田	基礎練習(サーブレシーブ)	成人	
		15:00~16:30	斎藤	フォアハンドストローク	成人	
		16:30~18:00	斎藤	バックハンドストローク	成人	
		18:00~19:30	井上	シングルスゲーム練習90分	成人	
16日	月	21:30~22:30	木内	シングルスゲーム練習60分	成人	
19日	木	21:30~22:30	井上	シングルスゲーム練習60分	成人	
21日	土	7:30~9:00	木内	スライス	成人	
		7:30~9:00	斎藤	ひたすらラリー(ボレー)	成人	
		7:30~9:00	井上	<女性限定>ダブルスゲーム練習会90分	成人	
22日	日	7:30~9:00	木内	シングルスレッスン(ストローク)	成人	
		7:30~9:00	岡田	基礎練習(ストローク)	成人	
		15:00~16:30	斎藤	ボレー	成人	
		16:30~18:00	斎藤	ライジング	成人	
		18:00~19:30	井上	シングルスゲーム練習90分	成人	
23日	月	21:30~22:30	木内	シングルスゲーム練習60分	成人	
26日	木	21:30~22:30	井上	シングルスゲーム練習60分	成人	
28日	土	7:30~9:00	木内	ボレー	成人	
		7:30~9:00	斎藤	ひたすらラリー(リターン)	成人	
		7:30~9:00	井上	<男性限定>ダブルスゲーム練習会90分	成人	
29日	日	7:30~9:00	木内	シングルスレッスン(ネットプレー)	成人	
		7:30~9:00	岡田	基礎練習(サーブレシーブ)	成人	
		15:00~16:30	斎藤	サーブ	成人	
		16:30~18:00	斎藤	ボレー	成人	
		18:00~19:30	井上	シングルスゲーム練習90分	成人	
30日	月	21:30~22:30	木内	シングルスゲーム練習60分	成人	

【2019年10月】

3日	木	21:30~22:30	井上	シングルスゲーム練習60分	成人
5日	土	7:30~9:00	木内	ライジング	成人
		7:30~9:00	斎藤	ひたすらラリー(総合練習)	成人
		7:30~9:00	井上	<女性限定>ダブルスゲーム練習会90分	成人