

集中レッスンスケジュール

【2019年1月】

2018年12月26日改定

日にち	曜日	時間	コーチ	メニュー	対象
5日	土	7:30~9:00	木内	トップスピ	成人
		7:30~9:00	斎藤	ひたすらラリー	成人
		7:30~9:00	井上	【レッド・オレンジ】ボレー・サーブ	ジュニア
6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(ボレー)	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	成人
12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	成人
		7:30~9:00	井上	【レッド・オレンジ】ストローク	ジュニア
13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	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	成人
19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	成人
		7:30~9:00	井上	【グリーン・イエロー】ボレー・サーブ	ジュニア
20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	サーブ	成人
		16:30~18:00	斎藤	リターン	成人
		18:00~19:30	井上	シングルスゲーム練習	成人
26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	成人
		7:30~9:00	井上	【グリーン・イエロー】ストローク	ジュニア
27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	トップスピ	成人
		16:30~18:00	斎藤	アンダースピ	成人
		18:00~19:30	井上	シングルスゲーム練習	成人

*「ジュニア」は、原則として小学生

*レベル：初級～上級（*シングルスは中級以上対象）

YMCAテニススクール

集中レッスンスケジュール

変更部分です。

【2019年2月】

2018年12月26日改定

日にち	曜日	時間	コーチ	メニュー	対象
2日	土	7:30~9:00	木内	サーブ	成人
		7:30~9:00	斎藤	ひたすらラリー	成人
		7:30~9:00	井上	【レッド・オレンジ】ボレー・サーブ	ジュニア
3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（ボレー）	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	成人
9日	土	7:30~9:00	木内	レシーブ	成人
		7:30~9:00	斎藤	ひたすらラリー	成人
		7:30~9:00	井上	【レッド・オレンジ】ストローク	ジュニア
10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	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	成人
16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	成人
		7:30~9:00	井上	【グリーン・イエロー】ボレー・サーブ	ジュニア
17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	サーブ	成人
		16:30~18:00	斎藤	リターン	成人
		18:00~19:30	井上	シングルスゲーム練習	成人
23日	土	7:30~9:00	木内	レシーブ ※スライスから変更となりました。	成人
		7:30~9:00	斎藤	ひたすらラリー	成人
		7:30~9:00	井上	【グリーン・イエロー】ストローク	ジュニア
24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	トップスピン	成人
		16:30~18:00	斎藤	アンダースピン	成人
		18:00~19:30	井上	シングルスゲーム練習	成人

* 「ジュニア」は、原則として小学生

* レベル：初級～上級（*シングルスは中級以上対象）

YMCAテニススクール

集中レッスンスケジュール

【2019年3月】

2018年12月26日改定

日にち	曜日	時間	コーチ	メニュー	対象
2日	土	7:30~9:00	木内	トップスピ	成人
		7:30~9:00	斎藤	未定	成人
		7:30~9:00	井上	【レッド・オレンジ】ボレー・サーブ	ジュニア
3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（ボレー）	成人
		15:00~16:30	斎藤	未定	成人
		16:30~18:00	斎藤	未定	成人
		18:00~19:30	井上	シングルスゲーム練習	成人
9日	土	7:30~9:00	木内	スライス	成人
		7:30~9:00	斎藤	未定	成人
		7:30~9:00	井上	【レッド・オレンジ】ストローク	ジュニア
10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	未定	成人
		16:30~18:00	斎藤	未定	成人
		18:00~19:30	井上	シングルスゲーム練習	成人
16日	土	7:30~9:00	木内	ボレー	成人
		7:30~9:00	斎藤	未定	成人
		7:30~9:00	井上	【グリーン・イエロー】ボレー・サーブ	ジュニア
17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	未定	成人
		16:30~18:00	斎藤	未定	成人
		18:00~19:30	井上	シングルスゲーム練習	成人
23日	土	7:30~9:00	木内	ライジング	成人
		7:30~9:00	斎藤	未定	成人
		7:30~9:00	井上	【グリーン・イエロー】ストローク	ジュニア
24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	未定	成人
		16:30~18:00	斎藤	未定	成人
		18:00~19:30	井上	シングルスゲーム練習	成人

*「ジュニア」は、原則として小学生

*レベル：初級～上級（*シングルスは中級以上対象）

YMCAテニススクール