

【2025年8月】

DATE		TIME	コーチ	レッスン	対象
7/29	火	13:00～14:30	長井	フォアハンドストローク	成人
7/31	木	21:30～22:30	木内	シングルスゲーム練習60分	成人
2	土	7:30～9:00	斎藤	ひたすらラリー（ストローク）	成人
		18:00～19:30	長井	ひたすらラリー（ストローク）	成人
3	日	7:30～9:00	井上	シングルスレッスン	成人
		15:00～16:30	長井	ボレー	成人
		16:30～18:00	長井	サーブ	成人
		18:00～19:30	井上	シングルスゲーム練習90分	成人
5	火	13:00～14:30	長井	ボレー	成人
7	木	21:30～22:30	木内	シングルスゲーム練習60分	成人
9	土	7:30～9:00	斎藤	ひたすらラリー（ボレー）	成人
		18:00～19:30	長井	ひたすらラリー（ボレー）	成人
17	日	7:30～9:00	井上	シングルスレッスン	成人
		15:00～16:30	長井	サーブ	成人
		16:30～18:00	長井	スライス	成人
		18:00～19:30	井上	シングルスゲーム練習90分	成人
19	火	13:00～14:30	長井	バックハンドストローク	成人
21	木	21:30～22:30	木内	シングルスゲーム練習60分	成人
23	土	7:30～9:00	斎藤	ひたすらラリー（サーブ&リターン）	成人
		18:00～19:30	長井	ひたすらラリー（サーブ）	成人
24	日	7:30～9:00	井上	シングルスレッスン	成人
		15:00～16:30	長井	サーブ	成人
		16:30～18:00	長井	リターン	成人
		18:00～19:30	井上	シングルスゲーム練習90分	成人
26	火	13:00～14:30	長井	サーブ	成人
28	木	21:30～22:30	木内	シングルスゲーム練習60分	成人
30	土	7:30～9:00	斎藤	ひたすらラリー（総合練習）	成人
		18:00～19:30	長井	ひたすらラリー（リターン）	成人
31	日	7:30～9:00	井上	シングルスレッスン	成人
		15:00～16:30	長井	フォアハンドストローク	成人
		16:30～18:00	長井	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