

1月版 「ワンデープロ講座」

受付開始は 12/25(日)より

※レッスンによりコートが異なりますのでお気を付けください。【DT…デコターフコート S…サンドレストタイプ(人工芝)コート】

～今月のオススメレッスン～

3つの原理シリーズ

球出しのみ

テニスに必要な「姿勢・フック・フレストレッチ」この3つのポイントを詳しく教えます！

レベル:フリー
料金:¥3,000 定員:6名
(最少催行人数:3名)

◆ストローク編
1/13(金) 13:00~14:00 乙部 S
1/27(金) 13:00~14:00 乙部 S

ドSレッスン

球出しのみ

コーチたちが練習しているようなハードなメニューでいい汗流しましょう！

レベル:フリー
料金:¥4,500 定員:6名
(2名以下の場合1時間に短縮)

◆ストローク編 1/4(水) 13:00~14:30 南 DT
◆ネットプレー編 1/11(水) 13:00~14:30 南 DT

2時間シングルス実戦

ラリー、ゲーム

2時間たっぷり練習ができちゃう！

料金:¥6,000 定員:5名
(2名以下の場合1.5時間に短縮)

～ネットプレーの展開～
1/ 8(日) 14:00~16:00 小野 DT(中級)
1/29(日) 15:00~17:00 小野 DT(中上級)

ダブルスポレーパターン練習会

ラリー、フォーメーション、ゲーム

実戦で使えるパターンをくり返しやってみよう！！

レベル:中級～上級
料金:¥4,500 定員:6名
(最少催行人数:3名)

1/19(木) 15:00~16:30 金矢 DT

女性のための2時間ダブルス実戦

ラリー、フォーメーション、ゲーム

ダブルスを2時間たっぷり実戦形式で！

レベル:中級(女性限定)
料金:¥6,000 定員:6名
(最少催行人数:3名)

1/20(金) 13:00~15:00 佐藤 S

ネットプレー強化練習会

球出し、ラリー、ゲーム

料金:¥4,500 定員:6名
(2名以下の場合1時間に短縮)

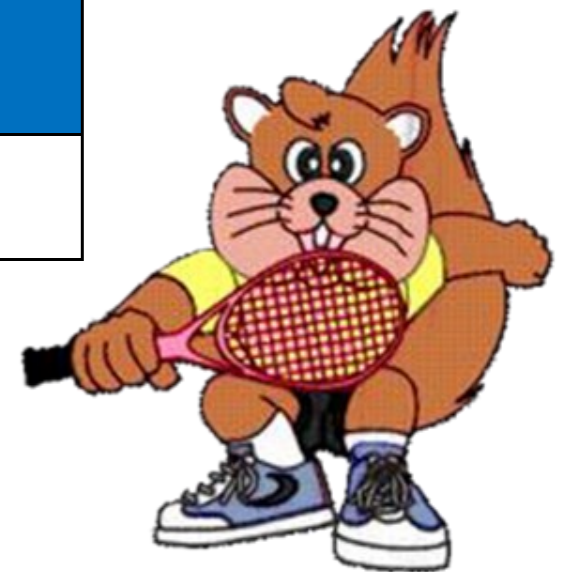
1/13(金) 13:00~14:30 須賀川 DT(初級、初中級)
1/27(金) 13:00~14:30 須賀川 DT(中級、中上級)

T T M シリーズ 徹底的に身に付ける！

球出しのみ

レベル:フリー
料金:¥6,000 定員:6名
(最少催行人数:3名)

◆ストローク編 1/10(火) 13:00~15:00 渋谷 DT
◆ネットプレー編 1/23(月) 13:00~15:00 渋谷 S



30分フチプライベート

やりたい事を自由に！！

レベル:フリー
料金:¥5,500 定員:1名

◆南
1/4(水) 14:30~15:00 DT
1/11(水) 14:30~15:00 DT

◆小野
1/7(土) 16:00~16:30 DT
1/7(土) 16:30~17:00 DT

◆乙部
1/10(火) 11:00~11:30 S
1/17(火) 11:00~11:30 S

◆須賀川
1/13(金) 14:30~15:00 DT
1/27(金) 14:30~15:00 DT

◆井門
1/19(木) 14:00~14:30 DT
1/19(木) 14:30~15:00 DT

1時間ショット練習

球出しのみ

得意向上！苦手克服！反復練習したい方にオススメ！

レベル:フリー
料金:¥3,000 定員:6名
(最少催行人数:3名)

【 ネットプレー 】	【 サ ー フ 】	【 ストローク 】
◆総合 1/6(金) 13:00~14:00 須賀川 S	◆総合 1/ 4(水) 13:00~14:00 乙部 S 1/11(水) 13:00~14:00 乙部 S 1/18(水) 13:00~14:00 乙部 S 1/25(水) 13:00~14:00 乙部 S	◆総合 1/6(金) 14:00~15:00 須賀川 S フォアハンド 1/25(水) 15:00~16:00 須賀川 DT ◆バックハンド 1/25(水) 16:00~17:00 須賀川 DT

※各レッスン3日前よりキャンセル料金が発生いたします。
(4日前までにご連絡いただいた場合、キャンセル料は発生いたしません。)
※振替はご利用いただけませんのでご注意ください。お願いします。



SHOWA-NO-MORI TENNIS SCHOOL

お申込み・お問い合わせ TEL 042-546-3055