

# 2019年2月各種オプションプログラム タイムテーブル

アウト  
ドア

## 「ショット強化」

フットサルコートAピッチ

	月	火	水	木	金
9:00	〈ウォーミングアップ〉 橋本	〈ウォーミングアップ〉 乙部	〈ウォーミングアップ〉 寺見	〈ウォーミングアップ〉 橋本	〈ウォーミングアップ〉 黒木
9:00-9:30(30分)					
9:40	〈スマッシュ〉 田辺	〈フォアボレー〉 乙部	〈フォアストローク〉 寺見	〈サーブ〉 橋本	〈バックボレー〉 黒木
定員各4名 / 9:40-10:10(30分)					
10:20	〈サーブ〉 田辺	〈バックボレー〉 乙部	〈バックストローク〉 寺見	〈レシーブ〉 橋本	〈スマッシュ〉 黒木
定員各4名 / 10:20-10:50(30分)					
11:00	〈ウォーミングアップ〉 橋本	〈ウォーミングアップ〉 乙部	〈ウォーミングアップ〉 寺見	〈ウォーミングアップ〉 橋本	〈ウォーミングアップ〉 黒木
11:00-11:30(30分)					
11:35	〈レシーブ〉 竹中	〈スマッシュ〉 乙部	〈フォアボレー〉 寺見	〈フォアストローク〉 金井	〈サーブ〉 黒木
定員各4名 / 11:35-12:05(30分)					
12:10	〈フォアストローク〉 竹中	〈サーブ〉 乙部	〈バックボレー〉 柳田	〈バックストローク〉 金井	〈レシーブ〉 黒木
定員各4名 / 12:10-12:40(30分)					
12:50	〈バックストローク〉 田辺	〈レシーブ〉 田辺	〈スマッシュ〉 柳田	〈フォアボレー〉 金井	〈フォアストローク〉 黒木
定員各4名 / 12:50-13:20(30分)					
13:30	〈ウォーミングアップ〉 橋本	〈ウォーミングアップ〉 田辺	〈ウォーミングアップ〉 柳田	〈ウォーミングアップ〉 橋本	〈ウォーミングアップ〉 黒木
13:30-14:00(30分)					

アウト  
ドア

## 「山下庭球塾」

フットサルコートBピッチ

	月	火	水	金
9:30	初中級以上	初中級以上	初中級以上	初中級以上
定員各6名 / 9:30-11:00(90分)				
11:00	初中級以上	初中級以上	初中級以上	初中級以上
定員各6名 / 11:00-12:30(90分)				

※火曜日の映像プログラムは11月で終了し、通常の山下塾となります。  
※新しい映像プログラムにつきましては、決まり次第お知らせいたします。

アウト  
ドア

## 「ゲームチャレンジ」

No.4・5コート

	月	水	金
11:00	Start 田辺	toFun 吉田	toWin 長岡
定員12名 / 11:00-12:40(100分)			
12:45	toFun 竹中	toWin 寺見	toFun 長岡
定員12名 / 12:45-14:25(100分)			

イン  
ドア

## 「ショット強化」

No.1コート

	月	水	金
13:00	〈ストローク〉井上	〈ボレー〉綾部	〈ストローク〉綾部
定員各3名 / 13:00-13:30(30分)			
13:50	〈ボレー〉井上	〈ストローク〉綾部	〈ボレー〉綾部
定員各3名 / 13:50-14:20(30分)			

# プログラム詳細



## ゲームチャレンジ(アウト)

定員/12名 時間/100分

コーチのコーディネートでゲームを楽しむプログラム。1人でも安心してご参加いただけます。Start,to Fun,to Winの3つからお選びいただけます。



## ショット強化(アウト・イン)

定員/(アウト)4名 (イン)3名 時間/30分

苦手なショットの克服や、得意なショットのレベルアップを目指しましょう。毎月のテーマに沿って行います。

※会員専用プログラム(ビジター不可)

## 山下庭球塾(アウト)

定員/6名 時間/90分

解剖学的な視点とテニスのプレーから見た視点とで、効率的に体の動かし方を指導。ケガをしにくいしなやかなフォーム作りと能力アップを目指して基本的な練習を行います。

対象レベル：初中級～

※参加者1名の場合は時間が60分となります

# 参加費

(税込)

	クラブ会員		スクール会員		ビジター
ウォーミングアップ	無料		-		-
ショット強化	アウト	864円	アウト	1,080円	-
	イン	1,296円	イン	1,620円	
ゲームチャレンジ	全日・平日	無料	1回	1,620円	1,944円
	土日	1,080円	チケット(10枚)	15,120円	(※)15,120円
山下庭球塾	2,592円		3,240円		3,564円

(※) 利用時に別途1回324円のビジター利用料を頂戴いたします

・キャンセルは3日前から当日まで50%、無断キャンセルは 100%の料金を申し受けます。

# ゲームチャレンジお申込方法

<全日・平日会員の方>

希望日当日の営業開始～開始30分前まで

<土日午前・午後会員の方>

希望日の2週間前から予約を承ります。

# 4・5番コート解放について

<申込み人数が2名以下>

プログラム中止で2面使用可 (30分前決定)

<申込み人数が7名以下>

1面利用で1面使用可 (30分前決定)

**東急あざみ野テニスガーデン**

アウトドアコート：045 (905) 2051

インドアコート：045 (909) 1500