# 昭和の森テニス倶楽部　2019年 2月度タイムテーブル

## 月曜日

おはようテニス 7:00～8:30

| | CDN | アウトコート(砂入り人工芝) | | | | | | | | インドアコート | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | | | カーペット | | デコターフ | |
| | | #1 | #2 | #3 | #4 | #C1 | #C2 | #9 | #10 | #S4 | #S5 | #D1 | #D2 |
| 7:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 8:00 | | | | | | | | | | 8:00-10:00 | | | |
| 9:00 | | HS 黒田 | | | | | | | | | | | |
| 10:00 | 黒田 | C D N | | | | | | | | | | | |
| 11:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 12:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 13:00 | | | | | | | | | | 13:00-15:00 | | | |
| 14:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 15:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 16:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 17:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 18:00 | 杉浦 | | | | | C D N | | | | | | | |
| 19:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 20:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 21:00 | | | | | | | | | | | | 21:00-23:00 | |
| 22:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 23:00 | | | | | | | | | | | | | |

## 火曜日

おはようテニス 7:00～8:30

| | CDN | アウトコート(砂入り人工芝) | | | | | | | | インドアコート | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | | | カーペット | | デコターフ | |
| | | #1 | #2 | #3 | #4 | #C1 | #C2 | #9 | #10 | #S4 | #S5 | #D1 | #D2 |
| 7:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 8:00 | | | | | | | | | | 8:00-10:00 | | | |
| 9:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 10:00 | 黒田 | C D N | | | | | | | | | | | |
| 11:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 12:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 13:00 | | | | | | | | | | 13:00-15:00 | | | |
| 14:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 15:00 | | 練習会 黒田 | | | | | | | | | | | |
| 16:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 17:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 18:00 | 杉浦 | | | | | C D N | | | | | | | |
| 19:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 20:00 | | | | | | HS 杉浦 | | | | | | | |
| 21:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 22:00 | 平澤 (インドア) | | | | | | | | | | | C D N 21:00-23:00 | |
| 23:00 | | | | | | | | | | | | | |

## 水曜日

おはようテニス 7:00～8:30

| | CDN | アウトコート(砂入り人工芝) | | | | | | | | インドアコート | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | | | カーペット | | デコターフ | |
| | | #1 | #2 | #3 | #4 | #C1 | #C2 | #9 | #10 | #S4 | #S5 | #D1 | #D2 |
| 7:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 8:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 9:00 | | HS 黒田 | | | | | | | | 8:00-10:00 | | | |
| 10:00 | | | | | | ワンショット強化 黒田 | | | | | | | |
| 11:00 | | | | | | | | | | | | 11:00-13:00 | |
| 12:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 13:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 14:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 15:00 | | 練習会 黒田 | | | | | | | | | | | |
| 16:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 17:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 18:00 | 福島 | | | | | C D N | | | | | | | |
| 19:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 20:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 21:00 | | | | | | | | | | | | 21:00-23:00 | |
| 22:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 23:00 | | | | | | | | | | | | | |

## 木曜日

おはようテニス 7:00～8:30

| | CDN | アウトコート(砂入り人工芝) | | | | | | | | インドアコート | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | | | カーペット | | デコターフ | |
| | | #1 | #2 | #3 | #4 | #C1 | #C2 | #9 | #10 | #S4 | #S5 | #D1 | #D2 |
| 7:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 8:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 9:00 | | HS 浜口 | | | | | | | | 8:00-10:00 | | | |
| 10:00 | 浜口 | C D N | | | | | | | | | | | |
| 11:00 | | | | | | | | | | | | 11:00-13:00 | |
| 12:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 13:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 14:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 15:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 16:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 17:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 18:00 | 杉浦 | | | | | C D N | | | | | | | |
| 19:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 20:00 | | | | | | HS 杉浦 | | | | | | | |
| 21:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 22:00 | 杉浦 (インドア) | | | | | | | | | | | C D N 21:00-23:00 | |
| 23:00 | | | | | | | | | | | | | |

## 金曜日

おはようテニス 7:00～8:30

| | CDN | アウトコート(砂入り人工芝) | | | | | | | | インドアコート | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | | | カーペット | | デコターフ | |
| | | #1 | #2 | #3 | #4 | #C1 | #C2 | #9 | #10 | #S4 | #S5 | #D1 | #D2 |
| 7:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 8:00 | | | | | | | | | | 8:00-10:00 | | | |
| 9:00 | | 練習会 黒田 | | | | | | | | | | | |
| 10:00 | 黒田 | C D N | | | | | | | | | | | |
| 11:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 12:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 13:00 | | | | | | | | | | 13:00-15:00 | | | |
| 14:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 15:00 | | 練習会 大川 | | | | | | | | | | | |
| 16:00 | 大川 | C D N | | | | | | | | | | | |
| 17:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 18:00 | 福島 | | | | | | | | | | | | |
| 19:00 | | | | | | C D N | | | | | | | |
| 20:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 21:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 22:00 | | | | | | | | | | | | 21:00-23:00 | |
| 23:00 | | | | | | | | | | | | | |

## 土曜日

| | CDN | アウトコート(砂入り人工芝) | | | | | | | | インドアコート | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | | | カーペット | | デコターフ | |
| | | #1 | #2 | #3 | #4 | #C1 | #C2 | #9 | #10 | #S4 | #S5 | #D1 | #D2 |
| 7:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 8:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 9:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 10:00 | 黒田 | C D N | | | | | | | | | | | |
| 11:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 12:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 13:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 14:00 | 黒田 | C D N | | | | | | | | | | | |
| 15:00 | | 練習会 黒田 | | | | | | | | | | | |
| 16:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 17:00 | 劉 | | | | | C D N | | | | | | | |
| 18:00 | | | | | | HS 劉 | | | | | | | |
| 19:00 | 劉 | | | | | C D N | | | | | | | |
| 20:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 21:00 | | | | | | 練習会 劉 | | | | | | | |
| 22:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 23:00 | | | | | | | | | | | | | |

## 日曜日

| | CDN | アウトコート(砂入り人工芝) | | | | | | | | インドアコート | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | | | カーペット | | デコターフ | |
| | | #1 | #2 | #3 | #4 | #C1 | #C2 | #9 | #10 | #S4 | #S5 | #D1 | #D2 |
| 7:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 8:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 9:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 10:00 | 杉浦 | C D N | | | | | | | | | | | |
| 11:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 12:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 13:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 14:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 15:00 | | 練習会 福島 | | | | | | | | | | | |
| 16:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 17:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 18:00 | 福島 | | | | | C D N | | | | | | | |
| 19:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 20:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 21:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 22:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 23:00 | | | | | | | | | | | | | |

## ご利用方法

ご利用の際は、必ずフロントにてチェックイン・チェックアウトをお済ませください。
チェックイン後、ネームプレートをお渡しいたします。
ネームプレートは、チェックアウト時にご返却ください。

### コートご利用時間(フリーテニス)

ご登録いただいている利用区分の時間帯でご利用ください。
コート利用は30分単位での交代ローテーションとなります。ローテーションボードの希望するコート番号の枠にネームプレートをお入れください。1コート4名までのご利用となります。
プレー終了後、順番待ちの方がいない場合でも、ネームプレートを移してから再入場をお願いいたします。
実施中の利用時間帯の枠以外にネームプレートを入れること(先取り、予約)はできません。

**HS**
**ヒッティングサポート(無料)**※先着順
1日1回10～15分間程度、コーチとラリーができます。

**練習会**
**練習会(無料)**※事前にご予約が必要です。
会員様専用の練習会です。(球出し、ラリー練習など)
コーチのスケジュール都合上、休講とさせていただく場合がございます。

**CDN**
**コーディネーター**
会員様のプレーがスムーズになるようお手伝いする時間帯です。
基本的には常駐しますが、変更になる場合もございます。必要に応じましては来場時、フロントまでお問い合わせ下さい。

**ワンショット強化**
**会員様専用の有料プログラムです。※事前にご予約が必要です。**
お申込み人数によりレッスン時間が異なります。1人30分　2人45分　3人～60分

会員の皆様にテニスプレーや倶楽部ライフを思う存分お楽しみいただくために、お互いにエチケットやマナー、ルールをお守りいただきご利用いただきますようお願い申し上げます。

### 利用区分

| | | | |
|---|---|---|---|
| オールタイム | | 月～金 | 7:00～23:00(アウトは22:00まで) |
| | | 土 | 7:00～22:00 |
| | | 日・祝日 | 7:00～21:00 |
| 平日デイタイム | | 月～金(祝日不可) | 7:00～17:00(日没まで) |
| 平日ナイトタイム | | | 17:00～23:00 |
| 週末ハーフタイム | 午前 | 土・日・祝 | 7:00～12:00 |
| | 午後 | | 12:00～17:00 |

・フロントチェックイン：ご利用時間の15分前～
・フロントチェックアウト：最終ご利用時間の30分後まで
・フィットネスルーム：利用区分時間内でご利用いただけます。

2019/1/29現在

# 昭和の森テニス倶楽部　2019年 3月度タイムテーブル

## 月曜日

おはようテニス 7:00～8:30

| | CDN | アウトコート(砂入り人工芝) | | | | | | | | インドアコート カーペット | | インドアコート デコターフ | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | #1 | #2 | #3 | #4 | #C1 | #C2 | #9 | #10 | #S4 | #S5 | #D1 | #D2 |
| 7:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 8:00 | | | | | | | | | | 8:00-10:00 | | | |
| 9:00 | | HS 黒田 | | | | | | | | | | | |
| 10:00 | 黒田 | C D N | | | | | | | | | | | |
| 11:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 12:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 13:00 | | | | | | | | | | 13:00-15:00 | | | |
| 14:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 15:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 16:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 17:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 18:00 | 杉浦 | | | | | C D N | | | | | | | |
| 19:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 20:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 21:00 | | | | | | | | | | | | 21:00-23:00 | |
| 22:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 23:00 | | | | | | | | | | | | | |

## 火曜日

おはようテニス 7:00～8:30

| | CDN | アウトコート(砂入り人工芝) | | | | | | | | インドアコート カーペット | | インドアコート デコターフ | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | #1 | #2 | #3 | #4 | #C1 | #C2 | #9 | #10 | #S4 | #S5 | #D1 | #D2 |
| 7:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 8:00 | | | | | | | | | | 8:00-10:00 | | | |
| 9:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 10:00 | 黒田 | C D N | | | | | | | | | | | |
| 11:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 12:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 13:00 | | | | | | | | | | 13:00-15:00 | | | |
| 14:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 15:00 | | 練習会 黒田 | | | | | | | | | | | |
| 16:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 17:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 18:00 | 杉浦 | | | | | C D N | | | | | | | |
| 19:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 20:00 | | | | | | HS 杉浦 | | | | | | | |
| 21:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 22:00 | 平澤 (インドア) | | | | | | | | | | | C D N 21:00-23:00 | |
| 23:00 | | | | | | | | | | | | | |

## 水曜日

おはようテニス 7:00～8:30

| | CDN | アウトコート(砂入り人工芝) | | | | | | | | インドアコート カーペット | | インドアコート デコターフ | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | #1 | #2 | #3 | #4 | #C1 | #C2 | #9 | #10 | #S4 | #S5 | #D1 | #D2 |
| 7:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 8:00 | | | | | | | | | | 8:00-10:00 | | | |
| 9:00 | | HS 黒田 | | | | | | | | | | | |
| 10:00 | | | | | | ワンショット強化 黒田 | | | | | | | |
| 11:00 | | | | | | | | | | | | 11:00-13:00 | |
| 12:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 13:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 14:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 15:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 16:00 | | 練習会 黒田 | | | | | | | | | | | |
| 17:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 18:00 | 福島 | | | | | C D N | | | | | | | |
| 19:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 20:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 21:00 | | | | | | | | | | | | 21:00-23:00 | |
| 22:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 23:00 | | | | | | | | | | | | | |

## 木曜日

おはようテニス 7:00～8:30

| | CDN | アウトコート(砂入り人工芝) | | | | | | | | インドアコート カーペット | | インドアコート デコターフ | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | #1 | #2 | #3 | #4 | #C1 | #C2 | #9 | #10 | #S4 | #S5 | #D1 | #D2 |
| 7:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 8:00 | | | | | | | | | | 8:00-10:00 | | | |
| 9:00 | | HS 浜口 | | | | | | | | | | | |
| 10:00 | 浜口 | C D N | | | | | | | | | | | |
| 11:00 | | | | | | | | | | | | 11:00-13:00 | |
| 12:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 13:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 14:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 15:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 16:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 17:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 18:00 | 杉浦 | | | | | C D N | | | | | | | |
| 19:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 20:00 | | | | | | HS 杉浦 | | | | | | | |
| 21:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 22:00 | 杉浦 (インドア) | | | | | | | | | | | C D N 21:00-23:00 | |
| 23:00 | | | | | | | | | | | | | |

## 金曜日

おはようテニス 7:00～8:30

| | CDN | アウトコート(砂入り人工芝) | | | | | | | | インドアコート カーペット | | インドアコート デコターフ | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | #1 | #2 | #3 | #4 | #C1 | #C2 | #9 | #10 | #S4 | #S5 | #D1 | #D2 |
| 7:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 8:00 | | | | | | | | | | 8:00-10:00 | | | |
| 9:00 | | 練習会 黒田 | | | | | | | | | | | |
| 10:00 | 黒田 | C D N | | | | | | | | | | | |
| 11:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 12:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 13:00 | | | | | | | | | | 13:00-15:00 | | | |
| 14:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 15:00 | | 練習会 大川 | | | | | | | | | | | |
| 16:00 | 大川 | C D N | | | | | | | | | | | |
| 17:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 18:00 | 福島 | | | | | C D N | | | | | | | |
| 19:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 20:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 21:00 | | | | | | | | | | | | 21:00-23:00 | |
| 22:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 23:00 | | | | | | | | | | | | | |

## 土曜日

| | CDN | アウトコート(砂入り人工芝) | | | | | | | | インドアコート カーペット | | インドアコート デコターフ | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | #1 | #2 | #3 | #4 | #C1 | #C2 | #9 | #10 | #S4 | #S5 | #D1 | #D2 |
| 7:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 8:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 9:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 10:00 | 黒田 | C D N | | | | | | | | | | | |
| 11:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 12:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 13:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 14:00 | 黒田 | C D N | | | | | | | | | | | |
| 15:00 | | 練習会 黒田 | | | | | | | | | | | |
| 16:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 17:00 | 劉 | | | | | C D N | | | | | | | |
| 18:00 | | | | | | HS 劉 | | | | | | | |
| 19:00 | 劉 | | | | | C D N | | | | | | | |
| 20:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 21:00 | | | | | | 練習会 劉 | | | | | | | |
| 22:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 23:00 | | | | | | | | | | | | | |

## 日曜日

| | CDN | アウトコート(砂入り人工芝) | | | | | | | | インドアコート カーペット | | インドアコート デコターフ | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | #1 | #2 | #3 | #4 | #C1 | #C2 | #9 | #10 | #S4 | #S5 | #D1 | #D2 |
| 7:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 8:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 9:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 10:00 | 杉浦 | C D N | | | | | | | | | | | |
| 11:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 12:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 13:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 14:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 15:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 16:00 | | 練習会 福島 | | | | | | | | | | | |
| 17:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 18:00 | 福島 | | | | | C D N | | | | | | | |
| 19:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 20:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 21:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 22:00 | | | | | | | | | | | | | |
| 23:00 | | | | | | | | | | | | | |

## ご利用方法

ご利用の際は、必ずフロントにてチェックイン・チェックアウトをお済ませください。
チェックイン後、ネームプレートをお渡しいたします。
ネームプレートは、チェックアウト時にご返却ください。

### コートご利用時間(フリーテニス)

ご登録いただいている利用区分の時間帯でご利用ください。
コート利用は30分単位での交代ローテーションとなります。ローテーションボードの希望するコート番号の枠にネームプレートをお入れください。1コート4名までのご利用となります。
プレー終了後、順番待ちの方がいない場合でも、ネームプレートを移してから再入場をお願いいたします。
実施中の利用時間帯の枠以外にネームプレートを入れること(先取り、予約)はできません。

**HS**
**ヒッティングサポート(無料)**※先着順
1日1回10～15分間程度、コーチとラリーができます。

**練習会**
**練習会(無料)**※事前にご予約が必要です。
会員様専用の練習会です。(球出し、ラリー練習など)
コーチのスケジュール都合上、休講とさせていただく場合がございます。

**CDN**
**コーディネーター**
会員様のプレーがスムーズになるようお手伝いする時間帯です。
基本的には常駐しますが、変更になる場合もございます。必要に応じましては来場時、フロントまでお問い合わせ下さい。

**ワンショット強化**
**会員様専用の有料プログラムです。※事前にご予約が必要です。**
お申込み人数によりレッスン時間が異なります。1人30分　2人45分　3人～60分

会員の皆様にテニスプレーや倶楽部ライフを思う存分お楽しみいただくために、お互いにエチケットやマナー、ルールをお守りいただきご利用いただきますようお願い申し上げます。

### 利用区分

| | | | |
|---|---|---|---|
| オールタイム | | 月～金 | 7:00～23:00(アウトは22:00まで) |
| | | 土 | 7:00～22:00 |
| | | 日・祝日 | 7:00～21:00 |
| 平日デイタイム | | 月～金 (祝日不可) | 7:00～17:00(日没まで) |
| 平日ナイトタイム | | | 17:00～23:00 |
| 週末ハーフタイム | 午前 | 土・日・祝 | 7:00～12:00 |
| | 午後 | | 12:00～17:00 |

・フロントチェックイン：ご利用時間の15分前～
・フロントチェックアウト：最終ご利用時間の30分後まで
・フィットネスルーム：利用区分時間内でご利用いただけます。

2019/2/26現在