

豊富なレッスンプログラムでメキメキ上達！ 実戦派の方にも、基本派の方にもきっとあなたにあったプログラムが見つかるはず！

5月版 「ワンデープロ講座」

いつもより多く実践練習

『2時間ダブルス実戦』(定員6名)

料金: ¥5,500 振替2回分 ※2名以下の場合中止となります。

やさしいダブルス 初級. 初中級	中級1.2	中級3～上級
5/21(月)11:00～13:00 佐藤★	5/8(土)19:00～21:00 須賀川◆	5/13(木)15:00～17:00 須賀川●

様々な展開を身に着けよう！

『1.5時間シングルス実戦』(定員5名)

料金: ¥4,100 振替1回分(差額 ¥1,100)
※2名以下の場合1時間に短縮となります。

中級1.2	中級3～上級
5/7(金)14:30～16:00 井門◆	5/4(火)14:30～16:00 井門◆
5/9(日)14:00～15:30 小野★	5/11(火)14:30～16:00 井門◆
5/14(金)14:30～16:00 井門◆	5/18(火)14:30～16:00 井門◆
5/21(金)14:30～16:00 井門◆	5/25(火)14:30～16:00 井門◆
5/28(金)14:30～16:00 井門◆	

いつもより多く実践練習

『2時間シングルス実戦』(定員5名)

料金: ¥5,500 振替2回分 ※2名以下の場合1時間30分に短縮となります。

中級1.2	中級3～上級
5/14(金)9:00～11:00 須賀川●	5/7(金)9:00～11:00 須賀川●

様々な展開を身に着けよう！

『1.5時間ダブルス実戦』(定員6名)

料金: ¥4,100 振替1回分(差額 ¥1,100)
※2名以下の場合中止となります。

中級3～上級
5/21(金)14:00～15:30 難波★

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！
『DSプログラム』(定員6名)

料金: ¥4,100 振替1回(差額 ¥1,100)
※2名以下の場合1時間に短縮となります。

ストローク編 (レベルフリー)	ネットプレー編 (レベルフリー)
5/10(月)14:00～15:30 南★	5/4(火)10:00～11:30 須賀川◆
5/25(火)10:00～11:30 須賀川◆	5/21(金)9:00～10:30 須賀川●

いつも以上に
追い込みたい方の
ために!!!

ラリーがしたい～
試合がしたい～
そんなあなたに
オススメ!

ラリーとゲームで2時間ライフボール練習！
『ラリー&ゲーム～ダブルス編～』(定員8名)

料金: ¥5,000 振替1回分(差額 ¥2,000) ※2名以下の場合中止となります。

中級1.2	中級3～上級
5/11(火)14:00～16:00 南★	5/22(土)19:00～21:00 須賀川◆

ラリーとゲームで2時間ライフボール練習！
『ラリー&ゲーム～シングルス編～』(定員8名)

料金: ¥6,000 振替2回分 ※2名以下の場合1時間30分に短縮となります。

中級1.2	中級3～上級
5/10(月)13:00～15:00 黒田●	5/17(月)13:00～15:00 黒田●
5/24(月)13:00～15:00 黒田●	5/31(月)13:00～15:00 黒田●

基礎から実戦まで総合的に
『ストロークスライス強化練習会』(定員6名)

料金: ¥4,100 振替1回分(差額 ¥1,100)
※2名以下の場合1時間に短縮となります。

中級1.2	中級3～上級
5/7(金)14:00～15:30 難波★	5/14(金)14:00～15:30 難波★

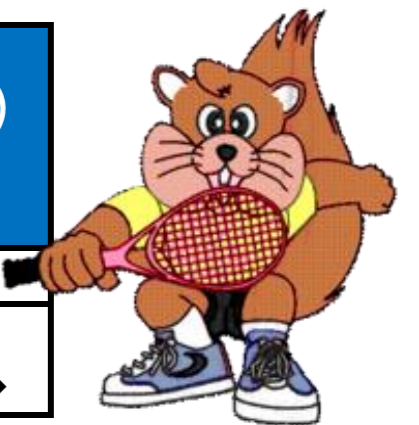
1つのショットにこだわって
1時間30分練習しましょう!

球出しやラリーが
中心のレッスンです!

基礎から実戦まで総合的に
『片手バックハンド強化練習会』(定員6名)

料金: ¥4,100 振替1回分(差額 ¥1,100)
※2名以下の場合1時間に短縮となります。

中級1.2	中級3～上級
5/6(木)14:00～15:30 井上★	5/5(水)15:00～16:30 井上●
5/30(日)15:30～17:00 井上★	5/31(月)15:00～16:30 井上◆



基礎から実戦まで総合的に
『ネットプレー強化練習会』(定員6名)

料金: ¥4,100 振替1回分(差額 ¥1,100) ※2名以下の場合1時間に短縮となります。

初級. 初中級	中級1.2	中級3～上級
5/27(木)15:00～16:30 須賀川●	5/18(火)15:00～16:30 須賀川●	5/28(金)9:00～10:30 須賀川●

※レッスンによってコートが違いますのでお気を付けください。
★デコターフコート ◆カーペットコート ●アウトコート

**得意向上!苦手克服! 反復練習したい方にオススメ!
1時間ショット練習会(定員6名)**

料金: ¥2,700 振替1回分 ※2名以下の場合45分に短縮となります。

ストローク編 (レベルフリー)	ネットプレー編 (レベルフリー)	サーブ編 (レベルフリー)
・ストローク総合 5/17(月)11:00~12:00 小林◆ 5/20(木)14:30~15:30 金矢◆	・ネットプレー総合 5/6(木)15:00~16:00 須賀川● 5/11(火)15:00~16:00 須賀川●	・サーブ総合 5/5(水)13:00~14:00 乙部◆ 5/12(水)13:00~14:00 乙部◆
・フォアハンド 5/11(火)19:00~20:00 石井◆	5/17(月)12:00~13:00 小林◆ 5/29(土)18:00~19:00 石井◆	5/19(水)13:00~14:00 乙部◆ 5/20(木)11:00~12:00 小林★
・バックハンド 5/18(火)19:00~20:00 石井◆	・打ち込み 5/15(土)20:00~21:00 須賀川◆	5/21(金)15:30~16:30 難波★ 5/26(水)13:00~14:00 乙部◆
・スピンショット 5/25(火)19:00~20:00 石井◆	・スマッシュ 5/11(火)16:00~17:00 須賀川● 5/15(土)16:00~17:00 小野★	
・打ち込み 5/15(土)19:00~20:00 須賀川◆	・ローボレー 5/20(木)15:00~16:00 須賀川●	
・バックハンドスライス 5/10(月)10:00~11:00 黒田● 5/24(月)10:00~11:00 黒田●	・ハイボレー 5/20(木)16:00~17:00 須賀川●	

球出しだけのレッスンの為
レベル関係なく気楽にご参加ください!

**次のレベルアップを目指し、課題を見つけ練習します!
『中級への道』(定員10名)**

料金: ¥4,500 振替1回分(差額 ¥1,500) ※2名以下の場合1時間30分に短縮となります。

初中級
5/7(金)11:00~13:00 佐藤(友)★

**やりたいことを自由に!
30分フリフライブ(定員1~3名)**

料金: ¥4,500 振替2回分

・難波	・石井
5/7(金)15:30~16:00/16:00~16:30 ★ 5/14(金)15:30~16:00/16:00~16:30 ★	5/12(水)11:30~12:00 ◆ 5/19(水)11:30~12:00 ◆ 5/26(水)11:30~12:00 ◆
・井上	・須賀川
5/5(水)16:30~17:00 ● 5/30(日)17:00~17:30 ★ 5/31(月)16:30~17:00 ◆	5/6(木)16:00~16:30/16:30~17:00 ● 5/18(火)16:30~17:00 ● 5/21(金)10:30~11:00 ●
・小林	
5/20(木)12:00~12:30/12:30~13:00 ★	
・南	
5/10(月)15:30~16:00 ★	

**ラリーの安定感、対応力を身につけたい方へ!
1時間みっちいラリー(定員6名)**

料金: ¥2,500 振替1回分 ※2名以下の場合45分間に短縮となります。

初級・初中級	中級1.2	中級3~上級
5/8(土)18:00~19:00 石井◆ 5/22(土)18:00~19:00 石井◆	5/15(土)18:00~19:00 石井◆ 5/20(木)16:00~17:00 石井●	5/14(金)12:00~13:00 福島★

**コーチがどんなボールも壁のように返します!
1時間“壁”ラリー(定員6名)**

料金: ¥2,500 振替1回分 ※2名以下の場合45分間に短縮となります。

初級・初中級	中級1.2	中級3~上級
5/6(木)10:00~11:00 黒田●	5/17(月)10:00~11:00 黒田●	5/31(月)10:00~11:00 黒田●

ワンデープロ Jr

**試合でもっと勝てるように練習しよう!
『Jrシングルス強化練習会』(定員10名)**

料金: ¥3,500 振替1回分(差額 ¥500)
※2名以下の場合1時間30分に短縮となります。

JY4	JP
5/8(土)17:00~19:00 難波●	5/15(土)15:00~17:00 難波●

※お振替についてのご案内

【2020年4月度~2020年7月度のお振替】 休んだ月より1年間ご利用いただけます。
【2020年11月度~2021年3月度のお振替】 休んだ月より1年間ご利用いただけます。

※レッスンによってコートが違いますのでお気を付けてください。

★デコターフコート ◆カーペットコート ●アウトコート

受付開始は4/22(木)~



SHOWA-NO-MORI TENNIS SCHOOL

お申込み・お問い合わせは...昭和の森テニススクール TEL:042-546-3055