

# 真夏の上達応援レッスン！！

7/29(木)		
9:00		
10:00	<b>⑥ 入門(出口)</b>	
	<b>① 安定感のポレー習得</b>	
11:30	初級・初中級(出口)	中級・中上級(田倉)
	<b>① ローポレー・ハイポレー達人</b>	
13:00	初中級・中級(田倉)	中級・中上級(出口)
14:00	<b>③ ダブルスクラフ 2面12人(出口)/2H</b> ルールを知っていればオッケーレベル。初級以上の色々な方とダブルス練習	
16:00	<b>⑦ キッスひたすら球出し基礎練習K1、K2、K3(牧子・溝川)</b>	
17:00	<b>⑨ ジュニア球出し基礎練習ストローク・サーブ・ポレーJ1～J5(牧子・溝川)</b>	
18:30		
19:00	<b>② 並行陣からの攻撃</b>	
	初級・初中級(平田)	中級・中上級(牧子)
20:00	<b>⑤ 入門(溝川)</b>	
	<b>② 徹底ネットプレー前後の動き</b>	
21:30	初級・初中級(牧子)	中級(平田) 中上級・上級(溝川)

7/31(土)		
7:30	<b>② トップスピン習得ミスのないストローク</b>	
9:00	初級・初中級(出口)	初中級・中級(佐藤) 中級・中上級(辻岡)
10:00	<b>② スライス習得</b>	
10:30	初級・初中級(辻岡)	初中級・中級(出口) 中級・中上級(佐藤)
12:00	<b>② ストローク安定感</b>	
	初中級(辻岡)	中級(佐藤) 中上級(出口)
13:00	<b>⑧ キッスひたすら球出し基礎練習K1、K2、K3(出口・木本佳)</b>	
14:00	<b>⑤ 入門(木本佳)</b>	
	<b>④ ダブルスクラフ 3面18人(木本佳)/2H</b> <b>3面中級以上ダブルス練習</b>	
16:00	<b>⑧ キッスひたすら球出し基礎練習K1、K2、K3(平田・二戸)</b>	
17:00	<b>⑩ ジュニア球出し基礎練習ストローク・サーブ・ポレーJ1～J5(平田・二戸)</b>	
18:30		
19:00	<b>② スライスアフロークからの攻撃</b>	
	初級・初中級(二戸)	中級・中上級(木本佳)
20:00	<b>⑤ 入門(平田)</b>	
	<b>② 徹底ストローク左右の動き</b>	
21:30	初級・初中級(平田)	中級(二戸) 中上級(木本佳)

受付期間 7/13(火)～

大正セントラルテニスクラブ新宿



03-3320-8631

※振替分で受講できるレッスンです。以下の表でご確認ください。急遽コーチが変更する場合がございますので、予めご了承ください。

	内容	定員	料金	振替使用の場合
①徹底レッスン 平日	徹底的にショットの練習を行います。	10名	3,000円	平日昼間の方 1回 ナイター・土日の方 1回
②徹底レッスン ナイター・祝日	徹底的にショットの練習を行います。	10名	3,300円	平日昼間の方 1回+300円 ナイター・土日の方 1回
③ダブルスクラブ 平日	ダブルスの試合になれるのが目的です。大勢の色々な方とダブルス練習をたくさんやります。(初級以上)	2面12名	3,000円	平日昼間の方 1回 ナイター・土日の方 1回
④ダブルスクラブ 祝日・ナイター	ダブルスの試合になれるのが目的です。大勢の色々な方とダブルス練習をたくさんやります。(中級以上)	3面18名	3,300円	平日昼間の方 1回+300円 ナイター・土日の方 1回
⑤入門レッスン 祝日・ナイター	いつものレギュラーレッスンよりダブルスをたくさん行います。	8名	2,420円	平日昼間の方 1回+420円 ナイター・土日の方 1回
⑥入門レッスン 平日	いつものレギュラーレッスンよりダブルスをたくさん行います。	8名	2,000円	平日昼間の方 1回 ナイター・土日の方 1回
⑦キッズ1,2,3 平日	ひたすらボールだし練習で基礎のフォームを身につけます。	16名	1,900円	平日昼間の方 1回 土日の方 1回
⑧キッズ1,2,3 祝日・ナイター	ひたすらボールだし練習で基礎のフォームを身につけます。	16名	2,320円	平日昼間の方 1回+420円 土日の方 1回
⑨ジュニア1,2,3,4,5 平日	ひたすらボールだし練習で基礎のフォームを身につけます。	16名	2,740円	平日昼間の方 1回 土日の方 1回
⑩ジュニア1,2,3,4,5 土曜日・ナイター	ひたすらボールだし練習で基礎のフォームを身につけます。	16名	3,170円	平日昼間の方 1回+430円 土日の方 1回

- 上記の料金はスクール生/個人・法人会員料金です。一般の方はプラス1,100円(税込)でご受講できます。
- 人数により前日17時に中止とさせていただく場合がございます。前日18時以降はキャンセル料が発生いたします。
- レッスン開始後、雨天による中断の場合は2/3時間の経過をもちまして成立といたします。
- お申し込みはWEBシステム又はお電話にて承ります。お申し込み受付は7月13日(火)からです。

大正セントラルテニスクラブ新宿 

03-3320-8631