

2017年7月各種オプションプログラム

タイムテーブル



«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> 黒木	<ウォーミングアップ> 横地	<ウォーミングアップ> 青木	<ウォーミングアップ> 柳田	<ウォーミングアップ> 高崎
9:00-9:30(30分)				
9:40 <フォアボレー> 田辺	<フォアストローク> 横地	<サーブ> 青木	<バックボレー> 横地	<バックストローク> 高崎
定員各4名 ／ 9:40-10:10(30分)				
10:20 <バックボレー> 田辺	<バックストローク> 横地	<レシーブ> 青木	<スマッシュ> 横地	<フォアボレー> 高崎
定員各4名 ／ 9:40-10:10(30分)				
11:00 <ウォーミングアップ> 黒木	<ウォーミングアップ> 横地	<ウォーミングアップ> 青木	<ウォーミングアップ> 柳田	<ウォーミングアップ> 高崎
11:00-11:30(30分)				
11:35 <スマッシュ> 竹中	<フォアボレー> 横地	<フォアストローク> 青木	<サーブ> 金井	<バックボレー> 長岡
定員各4名 ／ 11:35-12:05(30分)				
12:10 <サーブ> 竹中	<バックボレー> 横地	<バックストローク> 青木	<レシーブ> 金井	<スマッシュ> 高崎
定員各4名 ／ 12:10-12:40(30分)				
12:50 <レシーブ> 田辺	<スマッシュ> 田辺	<フォアボレー> 青木	<フォアストローク> 金井	<サーブ> 高崎
定員各4名 ／ 12:50-13:20(30分)				
13:30 <ウォーミングアップ> 黒木	<ウォーミングアップ> 田辺	<ウォーミングアップ> 青木	<ウォーミングアップ> 守屋	<ウォーミングアップ> 綾部
13:30-14:00(30分)				



«山下庭球塾»

フットサルコートBピッチ

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



«ゲームチャレンジ»

No.4・5コート

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



«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>横地	<ストローク>大久保
定員3名 ／ 13:00-13:30(30分)		
13:50 <ボレー>井上	<ストローク>横地	<ボレー>大久保
定員3名 ／ 13:50-14:20(30分)		

● プログラム詳細

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。

対象レベル：初級～ ※会員専用プログラム(ビジター不可)



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。



対象レベル：初級～



参加費

(税込)

	スクール会員	ビジター
ショット強化	アウト 1,080円	—
	イン 1,620円	—
ゲームチャレンジ	1回 1,620円	1,944円
	チケット(10枚) 15,120円	(※)15,120円
山下庭球塾	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

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

プライベートレッスン(アウト・イン)

定員/(30分)1名 (60分)3名まで

自由なレッスン、みっちりコーチングを希望の方に…
内容はコーチとご相談の上お決めください。

※料金はHPまたはフロントまでお問い合わせください
対象レベル：初心～



お申込み

- ・開催日（または希望日）の2週間前から予約を承ります
- ・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

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