

●**スクールスケジュール**

～今年もあとわずかですね～

12月度:12/2(月)～12/29(日) 休講日:12/1(日),30(月),31(火)
 1月度:1/4(土)～1/31(金) 休講日:1/1(水)～3(金)
 2月度:2/1(土)～2/28(金)



※年末年始は、特別レッスンを行います。詳しくは、裏面をご覧ください。

●**フィットネスプログラムについて**

～スクール生は無料で受講できるのはご存知ですか？～

テニススクールで、在籍クラス(大人の方)をお持ちの方は、フィットネスルームで行われているフリープログラムを無料で4回(1ヶ月)受講できます。曜日、時間はフィットネススケジュールでご確認ください。レッスンの前後に、プログラムに参加して、身体のケアをしてみてください。怪我の防止にもなりますよ！※庭球道場、スーパースクール、テニサポ会員に在籍の方は、回数制限はありません。

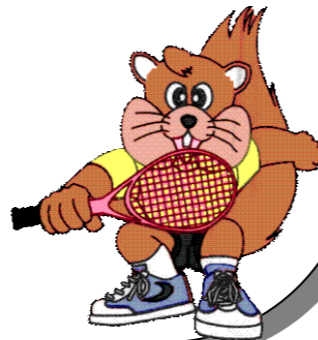
【フリープログラム内容】 各プログラム1回30分間 各定員8名様



- ①ストレッチプログラム…柔軟性改善のためのシンプルなストレッチのクラスです。身体が硬い方や、疲労回復したい方などにおすすめです。
- ②コンディショニングプログラム…怪我の予防、改善、パフォーマンスアップの為に、簡単なエクササイズを行います。バランス能力や、身体を上手に動かせるようになりたい方におすすめです
- ③ベーシックトレーニングプログラム…身体作りに基礎となるストレングストレーニングの初級編です。これから筋トレを始めたい方、テニスに必要な筋力を身に付けたい方におすすめです。

～ご予約について～

- ①ご利用日の1週間前からのご予約となります。
- ②同じプログラムを同時にはお申込みできません。
- ③プログラム受講後に、次回のプログラムをお申込みください。
- ④お申込みは、フロント又は、Webシステムよりお申込みいただけます。



●**2020紹介キャンペーン開催中**

～ご紹介者&入会者どちらもお得に！～

テニススクール又はテニス倶楽部に在籍されている方が、テニススクール又はテニス倶楽部にご入会される方をご紹介いただくと、紹介者の方も、入会者の方もお得になります！

【キャンペーン特典】 入会していただいた月度より、入会者&ご紹介者の月謝が、

1年間¥2,020割引となります。



【キャンペーン期間】 2019年11月～2020年8月末

※途中で、どちらかが退講もしくは休講した場合には、割引はそこまでとなります。

※複数の方をご紹介いただいた場合、お2人目以降は、フォレスト・イン昭和館のお食事券 ¥2,000分をプレゼントいたします。

☆2020CPの紹介カードはフロントにお声掛けいただければお渡しできます。

●**もう1クラス受講キャンペーン**

～レベルアップサポート月間です～

現在受けているクラス数より、在籍クラスを増やしていただくと、

増やしたクラスのお月謝が…半額！となります。

ぜひ、この機会に、クラスを増やしてレベルアップ目指してください!!



【期間】 2019年12月～2020年2月まで

【対象クラス】 一般クラス(レギュラー、実戦、庭球道場対象)※スーパースクールは対象外です。

※1度、クラスを減らしてから再度クラスを増やされた場合には、キャンペーン対象にはなりません。

※比較対象月は、希望月の前月度になります。

※増やされたクラスは、2ヶ月以上、在籍されないとキャンペーンの対象となりません。

●**ラケットキャンペーン開催**



～新しいラケットで新年を迎えませんか？～

【日程】 Prince… 11/27(水)～12/23(月)

【特典】 ①定価より20%OFF ②サービスガット付き ③張り代サービス



お申込み・お問い合わせは…

昭和の森テニススクールフロント迄 TEL:042-546-3055

★年末年始 特別レッスン 12/12(木)～ご予約を受付致します

レッスン	内容	12/30(月)	12/31(火)	1/1(水)	1/2(木)	1/3(金)
早朝シングルス練習会 料金:¥2,420 定員:各12名	少人数設定のシングルス練習会です。					●8:00～10:00(須賀川)
2時間総合パーフェクトレッスン ※振替利用可能 ¥1,750 ¥4,660 各10名	各ショットの基本練習と、 ラリー&ダブルスフォーメーションレッスン。 (振替での受講が可能 振替での受講の方はフロントでお申込み下さい)	●9:00～11:00 ①初・初中級(石井) ②中級1.2(黒澤) ③中級3～上級(松塚)				
プチプライベートレッスン ¥4,660 各1～3名	1名でも3名のグループでもOKです。 30分間コーチを独り占めできます。 (お一人様2レッスンまでの申込となります)	石井・黒澤 ●11:00～11:30 ●11:30～12:00 ●12:00～12:30 ●12:30～13:00			荒川・小林・須賀川 ●11:00～11:30 ●11:30～12:00 ●12:00～12:30 ●12:30～13:00	片桐・須賀川・難波 ●12:00～12:30 ●12:30～13:00
コーチに挑戦 ¥4,750 各1名	コーチと45分1本勝負!!(レベルフリー) 注意! レッスンではありません。コーチとガチ試合。	小野・南・尾関 ●13:00～13:45 ●14:00～14:45				須賀川・難波 ●10:00～10:45 ●11:00～11:45
1時間ひたすらラリー ¥2,500 各6名	1時間集中して、レベル別にラリーをしましょう	●11:00～12:00 中級1～中級3(松塚) ●12:00～13:00 中級4～上級(松塚)			●10:00～11:00 初級・初中級(須賀川) 中級1～3(小林) 中級4～上級(荒川)	
TEAM昭和の森 年末打ち収め TEAM在籍の方 ¥1,430 在籍されていない方 ¥1,980	45分ラリー練習、45分ゲーム練習です。 集まったメンバーで楽しみましょう!	●15:00～16:30(南) 定員18名				
TEAM昭和の森 新春初打ちの会 TEAM在籍の方 ¥1,430 在籍されていない方 ¥1,980	45分ラリー練習、45分ゲーム練習です。 集まったメンバーで楽しみましょう!				●8:30～10:00(須賀川) ●13:00～14:30(福島) 定員 各18名	
大晦日ダブルスしましょう会 大晦日シングルスしましょう会 ¥3,300	打ち収めにいかがですか? 集まったメンバーで、沢山ゲームをしましょう		●9:00～11:00 18名 ダブルスしましょう会(黒澤) ●11:00～13:00 12名 シングルスしましょう会(黒澤)			
新年ダブルスしましょう会 新年シングルスしましょう会 ¥3,300	元旦からテニス! 集まったメンバーで、沢山ゲームをしましょう			●9:00～11:00 12名 シングルスしましょう会(大川) ●11:00～13:00 18名 ダブルスしましょう会(大川)		
ひたすら球出し! ショット強化レッスン ¥2,650 各6名	1時間ひたすら球出しレッスンで、課題を克服!レベルフリーなので、どなたでも!					●10:00～11:00 ストローク(片桐) ●11:00～12:00 ネットプレー(片桐)

スクールWEBシステムからのご予約方法 《特別レッスン》 → 《新たなレッスンのお申込みはこちら》 → 《ご希望のレッスン名の選択》 → 《お支払い方法の選択》 → 《申込》 ご予約完了!!

特別レッスンについて...

- ご予約の少ないレッスンは、レッスン日の3日前に一度締めさせていただきます。
(人数によっては、不成立になったり、合同になる場合もございます。)
- コーチが急に変更になる場合もございます。
- レッスン日の3日前からのキャンセルは、キャンセル料(100%)を頂きます。

お申込み・お問い合わせは… 昭和の森テニススクールフロント迄
TEL:042-546-3055