

テニススクール時間割表

・少人数制 ・振替OK ・随時入学OK

2010/5/6

		月	火	水	木	金
1	9:30-11:00	中級	初心 初級	中級 上級	シニア (10:00-12:00)	ネット プレー
	担当	安積	安積	安積		安積
2	11:10-12:40	初心 初級	悠悠	初中級		中級
	担当	安積	安積	安積	安積(貴)	安積
3	13:00-14:30	初中級	中級			
	担当	安積	安積			
	14:30-16:00					
	担当					
4	16:10-17:00	K2	K2	K1 K2	K2	K1 K2
	担当	川下	川下	那須 安積	安積	川下 那須
5	17:10-18:30	J1 P1	J1 P1	J1 P1	J1 P1	J1 P1
	担当	川下 安積	川下 安積	那須 安積	那須 安積	川下 安積
6	19:00-20:30 P2 18:20-21:00 J2 18:40-20:00	P2	J2 P2	初中級 P2	P2	中級 P2
	担当	安積	川下 安積	安積 那須	安積	安積 那須
7	20:40-22:10	中級 上級	初級	初中級	初心 初級	初中級
	担当	安積		安積	安積	安積

		土	日
1	8:00-9:30	中級	初中級 中級
	担当	安積(貴)	安積
2	9:30-10:20	K1 K2	初心 初級
	担当	宮本 松村	安積
3	10:30-11:50	J1 J1	レディース 中級 上級
	担当	宮本 松村	安積(貴) 安積
	J1 12:00-13:20 P1 12:00-13:20	J1 P1	
	担当	松村 安積	
	14:00-15:00	メンタル トレーニング	13:30-18:00
	担当		
4	15:30-17:00	初級 初中級	
	担当	安積	
5	17:00-20:00	P2	18:00-20:00 フィジカルトレーニング
	担当	安積	

一般コース

・1ヶ月¥6825～

・体験レッスン¥500

クラス	目標など
初心	・ボールタッチとテニスのイメージづくり ・ミニテニスのラリーができるように
初級	・各ストロークのイメージづくり ・基礎を身につける ・フットワーク等のボディーコントロールの確立
初中級	
中級	・各ストロークを安定させる ・自分がコントロールできるスピードを見つける
上級	・各ストロークの正確性を追及する ・様々な状況の中でラリーをコントロールできるようにする
悠悠	・生涯スポーツとしてテニスを楽しみましょう
ネットプレー	・ボレー、スマッシュなどネットプレーを中心とした技術習得

ジュニアコース

・1ヶ月¥4200～

・体験レッスン無料

クラス	目標など
キッズ	K1 4歳～ 楽しく体を動かしましょう。
	K2 正しい体の使い方を身につけましょう。
ジュニア	J1 基本技術の習得 正しいフォームを身につけましょう。
	J2 応用技術の習得
選手	P1 技術、体力、精神力、戦術をバランスよく鍛える。
	P2

瑞光テニスクラブ

〒533-0004 大阪市東淀川区小松4-4-13

TEL 06-6327-7661 FAX 06-6327-7663

E-mail info@zuiko-t.com URL http://www.zuiko-t.com

■中高生の方でも一般コースで受講していただけます(学生割引あり) ■複数受講割引もごございます♪