

月	火	水	木	金	土	日
9:30 - 11:00 東 大きな声で1人1人のテクニックを伸ばしながら楽しくレッスンをします	9:30 - 11:00 平木 初級 基本練習を中心に試合が楽しめるよう、ゆっくりと指導するクラスです	9:30 - 11:00 東 1人1人のテクニックを伸ばしながら楽しくレッスンをしています 石津 レディス大会で上を目指す！ゲーム練習・実践による戦術指導をします	9:30 - 11:00 石津 レディス県代表レベル「強くなりたい！」生徒さんを楽しみ厳しく指導 東 初級 初めてラケットを持つ方をゆっくり楽しく指導、笑い声が多いクラス	9:30 - 11:00 石津 シニア 最高齢の生徒さんが皆さんをリード！ゆっくりだがレベルアップを目指すクラスです 東 基本やゲーム練習を中心に楽しくレベルアップを目指すクラスです	9:00 - 10:30 東 大きな声で1人1人のテクニックを伸ばしながら楽しくレッスンをします 平木 ショットの更なるレベルアップと試合での駆け引き等の戦術を指導します	9:30 - 11:00 石津・平木 皆さん仲良しで和気藹々とした雰囲気、基礎から戦術指導まで行っています
11:15 - 12:45 石津 ゲーム練習による戦術指導でレベルアップを目指します	11:15 - 12:45 東 大きな声で1人1人のテクニックを伸ばしながら楽しくレッスンをします 石津 ゲーム練習等で基礎から応用まで網羅しますが和気あいあいとした雰囲気です 平木 初級 初めてラケットを持つ方をゆっくり楽しく指導、笑い声が多いクラス	11:15 - 12:45 石津・平木 ゲーム練習による戦術指導でレベルアップを目指します 平木 13:30 - 15:00 ショットの更なるレベルアップと試合での駆け引き等の戦術を指導します	11:15 - 12:45 東 大きな声で1人1人のテクニックを伸ばしながら楽しくレッスンをします 石津 ゲーム練習による戦術指導でレベルアップを目指します 石津 18:30 - 20:00 東 高校生 部活生を中心に試合で使える技術や戦術・メンタル面を指導しています	10:00 - 11:10 平木 ゆっくりとしたペースで試合が楽しめるよう指導。皆さん仲の良いクラスです 11:15 - 12:45 東 大きな声で一人一人のテクニックを伸ばしながら楽しくレッスンをしています 13:30 - 15:00 石津 ゲーム練習で戦術指導。皆さん真剣にテクニックを磨いています	10:40 - 12:10 石津・平木 幅広い年代が集まった楽しいクラス 生徒さん各々のテーマに合うように指導しています 東 初級 大きな声で丁寧に一人一人の技術を伸ばしながら、基礎から楽しく指導しています	11:15 - 12:45 石津・平木 ゲーム練習で戦術指導、皆さん真剣にテクニックを磨いています
18:30 - 20:00 東 基本やゲーム練習を中心に、楽しくレベルアップを目指しています	19:00 - 20:30 平木 ショットの更なるレベルアップと試合での駆け引き等の戦術を指導します		20:10 - 21:40 東 女性が多く実践練習を中心に指導するクラスです 平木 男性が多く、ハイレベルなクラスでゲームでの応用を指導します	20:10 - 21:40 東 基本練習を中心にゲームでの動き方など初中級者にお薦めのクラスです 平木 ショットの更なるレベルアップと試合の駆け引きなど戦術を指導するクラス	19:00 - 20:30 東 基本練習を中心にゲームでの動き方など初中級者に入りやすいクラスです 平木 ショットの更なるレベルアップと試合の駆け引きなど戦術を指導するクラス	

※振替可能なシステムのため、その日の生徒様の人数・レベル感によって、レッスン内容をコーチが適切に調整いたします。