

北九州ウエストサイドテニスクラブ 令和2年11月(前半) スクール時間割表

		1日				2月				3祝(火)				4水	5木				6金				7土				
コート	コートNo.	イン	アウトドア(オムニ)			イン	アウトドア(オムニ)			イン	アウトドア(オムニ)			イン	アウトドア(オムニ)			イン	アウトドア(オムニ)			イン	アウトドア(オムニ)				
A	9:30~11:00	初中級	ビギナー&初級	中級		イン2番ビギナー&初級	イン3番初中級	中級	中上級7~8番シングルス濱田(定員8名)	イン3番ビギナー&初級	初中級	中上級	中級		初級	中級4~5番	イン2番レディース初中級	イン3番初級	中級4~5番		初級	初中級	中上級	中級			
B	11:15~12:45	中級	J4	JB		イン2番初級	イン3番初中級	中級		レディース初中級	初中級4~5番		中級	アウトドア子供教室キッズクラス 16:00~16:45 山本(5番)	インバウト(固定)	初中級	中級		中級		中級	初中級	中上級	中級			
C	13:00~14:30	中上級	アウトドア子供教室 13:00~14:00 J1~J2 有田(5番)			初級		中級		中上級			中級		中級	レディースABC級	初中級		中級		Perfect(固定)						
D	14:45~16:15	初級				初級		中級		中上級		中級			アウトドア子供教室 17:00~18:00(5~8番)	アウトドア子供教室 17:00~18:00					アウトドア子供教室 16:45~17:45	アウトドア子供教室 17:00~18:00	ハバマ 16:30~17:30 山本(5番)	中級			
E	17:50~19:20	中級				アウトドア子供教室 JB 17:00~18:00 濱田(3番)	J3	J2	J1	アウトドア子供教室 JB 17:00~18:00 江頭(3番)	J3	J2	J1	J2	J1						レディース初中級	JB 村雲(3番)	J2	J1	中級		
F	19:30~21:00	★スカイサークル活動★ 17:00~20:00				イン2番初級	イン3番初中級		アウト5番メンズ中級		イン2番ビギナー	イン3番中級		アウト5番初中級	イン2番中上級(ラリー)	イン3番初中級	中級4~5番		イン2番中上級	イン3番初級	中級4~5番	アウト8番 JH2	イン2番初中級	イン3番ビギナー&初級	J4(90分) 18:30~19:30 児玉(5番)	アウト5番中上級	アウト8番 JH2

ビギナークラス カリキュラム

- ◆ 11/1(日)~11/7(土) ストローク(基本)
- ◆ 11/8(日)~11/14(土) ストローク(応用)
- ◆ 11/15(日)~11/21(土) ボレー(基本)
- ◆ 11/22(日)~11/28(土) ボレー(応用)
- ◆ 11/29(日)~12/5(土) ネットプレー

新型コロナウイルス感染防止対策ご協力のお願い

- ・手洗い、手指の消毒やテニスプレー中以外のマスク着用、咳エチケットのご協力をお願いいたします。
- ・ご来場時に検温のご協力をお願いいたします。(37.5℃以上ある方はご入場いただけません。)
- ・体調のすぐれない方はご来場の自粛をお願いいたします。

何卒、ご理解、ご協力の程宜しくお願い申し上げます。

【更衣室のご利用時に3つのお願い】

- ① シャワーのご利用時以外はマスクの着用をお願いします。
- ② 密集を避けるため3名様までのご利用をお願いします。
- ③ 短時間での使用をお願いします。

【お知らせ】

★梨沙コートのスポットプライベートレッスン開講♪
 11月10(火)・24(火) 13:00~14:00
 定員:1~2名 ※前日迄にご予約をお願いいたします。

		8日				9月				10火				11水	12木				13金				14土				15日			
コート	コートNo.	イン	アウトドア(オムニ)			イン	アウトドア(オムニ)			イン	アウトドア(オムニ)			イン	アウトドア(オムニ)			イン	アウトドア(オムニ)			イン	アウトドア(オムニ)			イン	アウトドア(オムニ)			
A	9:30~11:00	初中級	ビギナー&初級	中級		イン2番ビギナー&初級	イン3番初中級	中級	中上級7~8番シングルス山本(定員8名)	イン2番ビギナー&初級	イン3番初中級	中級4~5番	レディース中上級		初級	中級4~5番	イン2番レディース初中級	イン3番初級	中級4~5番		初級	初中級	中上級	中級						
B	11:15~12:45	中級	J4	JB		イン2番初級	イン3番初中級	中級		レディース初中級	初中級4~5番		メンズ中上級	インバウト(固定)	初中級	中級		中級		中級	初中級	メンズ中上級	中級							
C	13:00~14:30	中上級	アウトドア子供教室 13:00~14:00 J1~J2 有田(5番)			初級		中級		中級		初級		中級	レディースABC級	初中級		中級		中級		Perfect(固定)								
D	14:45~16:15	初級				初級		中級		中上級		中級			アウトドア子供教室 16:00~16:45 濱田(5番)	アウトドア子供教室 17:00~18:00					アウトドア子供教室 16:45~17:45	アウトドア子供教室 17:00~18:00	ハバマ 16:30~17:30 山本(5番)	中級						
E	17:50~19:20	中級				アウトドア子供教室 JB 17:00~18:00 濱田(3番)	J3	J2	J1	アウトドア子供教室 JB 17:00~18:00 濱田(3番)	J3	J2	J1	J2	J1						レディース初中級	JB 村雲(3番)	J2	J1	中級					
F	19:30~21:00	★スカイサークル活動★ 17:00~20:00				イン2番初級	イン3番初中級		アウト5番メンズ中級		イン2番ビギナー	イン3番中級		アウト5番初中級	イン2番中上級(ラリー)	イン3番初中級	中級4~5番		イン2番中上級	イン3番初級	中級4~5番	アウト8番 JH2	イン2番初中級	イン3番ビギナー&初級	J4(90分) 18:45~20:15 森田(5番)	アウト5番中上級	アウト8番 JH2			

【料金】・1名様で受講、¥5,500
 ・2名様で受講、1名につき¥3,300
 (料金は税込です。)
 詳細はフロントにてご確認ください。
 (既にご予約が入っている場合がありますのでご了承ください。)

◇11/3(火)・11/23(月) スポットレッスン 11月集中进行中♪
 (子供教室受講生 JB~J2対象)
 参加ご希望の方は前日迄にご予約をお願いします。
 (または定員になりしだい締切)
 ※詳細は別紙にて！
 たくさんのご参加をお待ちしております♪

◇11/8(日)・11/22(日) スポットレッスン ルールを覚えよう を行います♪
 (子供教室受講生 J3対象)
 参加ご希望の方は前日迄にご予約をお願いします。
 (または定員になりしだい締切)
 ※詳細は別紙にて！
 たくさんのご参加をお待ちしております♪

※一般クラス・フリー受講 予約制/定員8名(子供教室除く)一部、定員数が異なるクラスは、各クラス毎に定員数の記載がございます。
 ※Perfect・インバウト・グレートアップは固定受講クラスです。
 ※レッスン名のメンズ〇〇級は、男性限定のクラスです。レディース〇〇級は女性限定のクラスです。

※お客様の安全面を配慮した上で、クラスレベルが合わない場合、受講クラスの変更をお願いすることがございます。
 ※ご予約をされていない場合でも、当日のレッスンの定員に空きがあれば受講可能ですが、フロントまで受講されるクラスをお申し出ください。
 ※テニスクラブ及びコートの都合により、上記時間割を変更してレッスンを行う場合がございます。ご了承の程、お願い申し上げます。

北九州ウエストサイドテニスクラブ 令和2年11月(後半) スクール時間割表

		16月				17火				18水				19木				20金				21土				22日			
コート		イン		アウトドア(オムニ)		イン		アウトドア(オムニ)		イン		アウトドア(オムニ)		イン		アウトドア(オムニ)		イン		アウトドア(オムニ)		イン		アウトドア(オムニ)					
コートNo.		3		4 5 6~8		3		4 5 6~8		3		4 5 6~8		3		4 5 6~8		3		4 5 6~8		3		4 5 6~8					
A	9:30~11:00	イン2番ビキナー&初級江頭	初3番初級有田	中級村雲	中上級7~8番シングルス山本(定員8名)	イン2番ビキナー&初級濱田	初3番初級有田	中級4~5番村雲(定員10名)	レディース中上級山本(8番)	初級濱田	中級4~5番村雲(定員10名)	イン2番レディース初級濱田	初3番初級村雲	中級4~5番山本(定員10名)	初級	初中級	中上級	中級濱田(8番)	初中級	中級	初中級	ビキナー&初級金子	中級	中級	中級				
	B	11:15~12:45	レディース中級山本	初中級4~5番濱田(定員10名)	中級	レディース初中級濱田	初中級4~5番村雲(定員10名)	中級	メンズ中上級岡田(8番)	インハク(固定)山本	初中級有田	中級村雲	ビキナー井上	中級村雲	中級	中級	初中級	中級	初中級	メンズ上級山本	中級	中級	中級	J4 JB	中級				
C	13:00~14:30	初級有田	中級江頭	中級	中級	初中級	初中級	中級	アットア子供教室キッズクラス 16:00~16:45 濱田(5番)	初中級	中級	レディースABC級村雲8番(定員8名)	初中級	中級	Perfect(固定)山本	アットア子供教室 13:00~14:00(6~8番) J2 J1 JB 松田 長野 鐘ヶ江	中上級	アットア子供教室 13:00~14:00(6~8番) J2 J1 JB 松田 長野 鐘ヶ江	中上級	アットア子供教室 13:00~14:00(6~8番) J2 J1 JB 松田 長野 鐘ヶ江	中級	アットア子供教室 13:00~14:00(6~8番) J1~J2 長野(5番)	中級	中級					
D	14:45~16:15	初中級	岡田	アットア子供教室 17:00~18:00(6~8番)	中上級	アットア子供教室 17:00~18:00	アットア子供教室キッズクラス 16:00~16:45 有田(5番)	中級	アットア子供教室 17:00~18:00(5~8番)	アットア子供教室 16:45~17:45 有田(5番)	中級	アットア子供教室 16:45~17:45 有田(5番)	アットア子供教室 17:00~18:00(5~8番)	濱田	アットア子供教室 16:45~17:45 有田(5番)	アットア子供教室 17:00~18:00	中級	アットア子供教室 16:30~17:30(6~8番) J2 J1 JB 村雲	初級	アットア子供教室 17:30~18:30(6~8番) J2 J1 JB 村雲	中級	アットア子供教室 17:30~18:30(6~8番) J1~J2 長野(5番)	中級	中級					
E	17:50~19:20	アットア子供教室 JB 17:00~18:00 濱田(3番) J1 18:15~19:15 濱田(3番)	J3 岡田	J2 児玉	J1 村雲	アットア子供教室 JB 17:00~18:00 濱田(3番) J3 18:15~19:15 鐘ヶ江(3番)	J2 金子	J1 村雲	中級	J3 J2 J1 JB	レディース初中級	中級	J3 J2 J1 JB	濱田	J3 J2 J1 JB	レディース初中級	中級	J3 J2 J1 JB	アットア子供教室 17:30~18:30(6~8番) J3 松田 J1 金子 JB 鐘ヶ江	中級	アットア子供教室 17:30~18:30(6~8番) J3 松田 J1 金子 JB 鐘ヶ江	中級	中級	中級					
F	19:30~21:00	イン2番初級濱田	イン3番初級有田	アット5番メンズ中級上原	イン2番ビキナー金子	イン3番中級江頭	アット5番メンズ中級鐘ヶ江	中級	アット5番初中級	イン2番中上級(ラリ-)児玉	イン3番初中級上原	中級4~5番濱田(定員10名)	イン2番中上級濱田	イン3番初級山本	中級4~5番井上(定員10名)	アット8番JH2有田	イン2番初中級金子	イン3番ビキナー&初級濱田	J4(90分) 18:45~20:15 森田(4番)	アット5番中上級児玉	アット8番JH2鐘ヶ江	★スカイサークル活動★ 17:00~20:00	★スカイサークル活動★ 17:00~20:00	★スカイサークル活動★ 17:00~20:00	★スカイサークル活動★ 17:00~20:00				

ビギナークラス カリキュラム

- ◆ 11/1(日)~11/7(土) ストローク(基本)
- ◆ 11/8(日)~11/14(土) ストローク(応用)
- ◆ 11/15(日)~11/21(土) ボレー(基本)
- ◆ 11/22(日)~11/28(土) ボレー(応用)
- ◆ 11/29(日)~12/5(土) ネットプレー

新型コロナウイルス感染防止対策ご協力のお願い

- ・手洗い、手指の消毒やテニスプレー中以外のマスク着用、咳エチケットのご協力をお願いいたします。
- ・ご来場時に検温のご協力をお願いいたします。(37.5℃以上ある方はご入場いただけません。)
- ・体調のすぐれない方はご来場の自粛をお願いいたします。何卒、ご理解、ご協力の程宜しく願ひ申し上げます。

【更衣室のご利用時に3つのお願い】

- ①シャワーのご利用時以外はマスクの着用をお願いします。
- ②密集を避けるため3名様までのご利用をお願いします。
- ③短時間での使用をお願いします。

山本コーチ
★ワンポイントアドバイス★

		23祝(月)				24火				25水				26木				27金				28土				29日				30月			
コート		イン		アウトドア(オムニ)		イン		アウトドア(オムニ)		イン		アウトドア(オムニ)		イン		アウトドア(オムニ)		イン		アウトドア(オムニ)		イン		アウトドア(オムニ)		イン		アウトドア(オムニ)					
コートNo.		3		4 5 6~8		3		4 5 6~8		3		4 5 6~8		3		4 5 6~8		3		4 5 6~8		3		4 5 6~8		3		4 5 6~8					
A	9:30~11:00	イン3番ビキナー&初級山本	初中級濱田	中級村雲(8番)	中級	イン2番ビキナー&初級濱田	初3番初級有田	中級4~5番村雲(定員10名)	レディース中上級濱田(8番)	初級濱田	中級4~5番村雲(定員10名)	イン2番レディース初級濱田	初3番初級村雲	中級4~5番山本(定員10名)	初級	初中級	中上級	中級濱田(8番)	初中級	中級	初中級	ビキナー&初級金子	中級	中級	中級	中級	中級	中級	中級				
	B	11:15~12:45	初中級村雲	中級有田	中級	レディース初中級濱田	初中級4~5番村雲(定員10名)	中級	メンズ中上級岡田(8番)	インハク(固定)山本	初中級有田	中級村雲	ビキナー井上	中級村雲	中級	中級	初中級	中級	初中級	メンズ上級山本	中級	中級	中級	J4 JB	中級								
C	13:00~14:30	中上級	濱田	スポーツレッスン 11月集中アットア子供教室 ◆J1~J2(松田)9:30~10:30 ◆JB(松田)10:45~11:45 定員各4名10名 前日迄に要予約 ※詳細は別紙にて	中級	中級	初中級	中級	アットア子供教室キッズクラス 16:00~16:45 濱田(5番)	初中級	中級	レディースABC級村雲8番(定員8名)	初中級	中級	Perfect(固定)山本	アットア子供教室 13:00~14:00(6~8番) J2 J1 JB 松田 長野 有田	中上級	アットア子供教室 13:00~14:00(6~8番) J1~J2 有田(5番)	中上級	アットア子供教室 13:00~14:00(6~8番) J1~J2 有田(5番)	中級	アットア子供教室 13:00~14:00(6~8番) J1~J2 有田(5番)	中級	中級									
D	14:45~16:15	中級	岡田	アットア子供教室 17:00~18:00(6~8番)	中上級	アットア子供教室 17:00~18:00	アットア子供教室キッズクラス 16:00~16:45 有田(5番)	中級	アットア子供教室 17:00~18:00(5~8番)	アットア子供教室 16:45~17:45 有田(5番)	中級	アットア子供教室 16:45~17:45 有田(5番)	アットア子供教室 17:00~18:00(5~8番)	濱田	アットア子供教室 16:45~17:45 有田(5番)	アットア子供教室 17:00~18:00	中級	アットア子供教室 16:30~17:30(6~8番) J2 J1 JB 村雲	初級	アットア子供教室 17:30~18:30(6~8番) J2 J1 JB 村雲	中級	アットア子供教室 17:30~18:30(6~8番) J1~J2 長野(5番)	中級	中級									
E	17:50~19:20	アットア子供教室 JB 17:00~18:00 濱田(3番) J1 18:15~19:15 濱田(3番)	J3 岡田	J2 児玉	J1 村雲	アットア子供教室 JB 17:00~18:00 濱田(3番) J3 18:15~19:15 森田(3番)	J2 金子	J1 村雲	中級	J3 J2 J1 JB	レディース初中級	中級	J3 J2 J1 JB	濱田	J3 J2 J1 JB	レディース初中級	中級	J3 J2 J1 JB	アットア子供教室 17:30~18:30(6~8番) J3 松田 J1 金子 JB 鐘ヶ江	中級	アットア子供教室 17:30~18:30(6~8番) J3 松田 J1 金子 JB 鐘ヶ江	中級	中級	中級	中級	中級	中級	中級					
F	19:30~21:00	イン2番初級濱田	イン3番初級有田	アット5番メンズ中級松田	イン2番ビキナー金子	イン3番中級江頭	アット5番メンズ中級松田	中級	アット5番初中級	イン2番中上級(ラリ-)児玉	イン3番初中級上原	中級4~5番濱田(定員10名)	イン2番中上級濱田	イン3番初級山本	中級4~5番井上(定員10名)	アット8番JH2有田	イン2番初中級金子	イン3番ビキナー&初級濱田	J4(90分) 18:45~20:15 森田(4番)	アット5番中上級児玉	アット8番JH2鐘ヶ江	★スカイサークル活動★ 17:00~20:00	★スカイサークル活動★ 17:00~20:00	★スカイサークル活動★ 17:00~20:00	★スカイサークル活動★ 17:00~20:00								

<子供教室の皆様、保護者様へ>
子供教室について少しお話させていただきます。テニスは1・2年、週1回ペースでは、なかなか上達を感じることは難しいかもしれません。しかし、子供の時に(ゴールデンエイジ)に必要な事を覚えると大変メリットがあるスポーツです。

- ①テニスはマナーのスポーツです。全部1人でしないといけないので自制心が身に付きます。
- ②おもいやり心。ラリー相手の事を考えないとラリーができません。
- ③広いコートの中でボールを目で追います。動体視力を鍛えます。
- ④子供の時テニス(ラケットを使う)を行っていると大人になっても体が覚えています。
- ⑤反射神経、瞬発力、判断力を鍛えます。

<一般(大人)クラス受講の皆様へ>
テニスは対人スポーツです。相手が打った時にどうボールが来るかを読み取らないといけません。

- ① 球種(フラット・スライス・トップスピン)
- ② 起動 ボールが落ちる距離を判断します。
- ③ 重さ 相手の打ち方を見て 重たい・軽いを見抜きます。

上記を参考にして相手が打った時に予測し、判断し、記憶してボールを打つようにしてください。

※一般クラス・フリー受講 予約制/定員8名(子供教室除く)一部、定員数が異なるクラスは、各クラス毎に定員数の記載がございます。
 ※Perfect・インハク・グレートアップは固定受講クラスです。
 ※レッスン名のメンズ〇〇級は、男性限定のクラスです。レディース〇〇級は女性限定のクラスです。
 ※お客様の安全面を配慮した上で、クラスレベルが合わない場合、受講クラスの変更をお願いすることがございます。
 ※ご予約をされていない場合でも、当日のレッスンの定員に空きがあれば受講可能ですが、フロントまで受講されるクラスをお申し出ください。
 ※テニスクラブ及びコーチの都合により、上記時間割を変更してレッスンを行う場合がございます。ご了承の程、願ひ申し上げます。