

Main table for January 1st to 7th, showing court numbers, times, and instructor names for various tennis classes.

ビギナークラス カリキュラム
◆ 1/3(日)~1/9(土) スローク (基本)
◆ 1/10(日)~1/16(土) スローク (応用)
◆ 1/17(日)~1/23(土) ボレー (基本)
◆ 1/24(日)~1/30(土) ボレー (応用)
◆ 1/31(日)~2/6(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をお願い
・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。
◆ 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。

Main table for January 8th to 15th, including a holiday on the 11th and a rest day on the 13th, with detailed class schedules.

山本コーチ
ワンポイントアドバイス
試合になると初めてわかるサーブの重要性について
本来ならば1番大切な技術です。プロが最も練習するのがサーブであり、またその大きさがわかりづらいのもサーブです。
①テニスをしている実感がない。
②練習がつまらない。
③ドリフ(コンチネンタル)の握りが難しい。
などいくつかの原因が考えられます。テニスで唯一自分から打てる技術なので、もう一度皆様のサーブの重要性を考えてみてください。

※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・インパット・グレートアップは固定受講クラスです。
※レッスンのメンズ〇〇級は、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、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3年1月(後半) スクール時間割表

		16 土				17 日				18 月				19 火				20 水		21 木				22 金			
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		
		インドア子供教室8:00~9:00 J1~2有田(2番)・J3濱田(3番)																									
A	9:30~11:00	初級 江頭	初級 児玉	中級 上原		中級 濱田(8番)	初級 岡田	ビギナー &初級 有田	中級 松田		イン2番 ビギナー &初級 江頭	イン3番 初級 有田	中級 村雲	中上級 7~8番 シゲル山本 (定員8名)	イン2番 ビギナー &初級 濱田	イン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	イン3番 初級 村雲	中級 4~5番 山本 (定員10名)				
B	11:15~12:45	中級 濱田	初級 江頭	メンズ 上原		中級 金子	中級 岡田	J4	JB 松田		初級 江頭	中級 濱田	ストローク 60分 (初級~初級)8番	11:15~12:15 村雲(定員6名)	レディース 初級 濱田	初級 4~5番 村雲 (定員10名)	メンズ 中上級 岡田 (8番)		初級 山本	中級 濱田	ビギナー 井上	中級 村雲					
C	13:00~14:30	Perfect (固定)				中上級 江頭	中級 岡田	アウトア子供教室 13:00~14:00 J1~J2 長野(5番)			初級 有田	中級 江頭	ボレー 60分 (初級~初級)8番	12:30~13:30 村雲(定員6名)	中級 井上	初級 岡田		アウトア子供教室 キッズクラス 16:00~16:45 濱田(5番)	初級 岡田	中級 濱田	レディースABC級 村雲(8番 定員8名)	初級 有田					
D	14:45~16:15	中級 金子	ハハママ 16:30~17:30 江頭 (5番)			初級 江頭	初級 岡田	アウトア子供教室 16:30~17:30(6~8番)			初級 岡田				中上級 有田			アウトア子供教室 17:00~18:00	初級 山本	中級 濱田	アウトア子供教室 16:00~16:45 有田(5番)	中級 濱田	アウトア子供教室 16:45~17:45	アウトア子供教室 17:00~18:00			
E	17:50~19:20	中級 江頭	JH1 (80分) 18:30~19:30 虎玉 (8番)			中級 江頭	中級 岡田	アウトア子供教室 17:30~18:30(6~8番)			イン2番子供教室 J B 17:00~18:00 濱田(3番)	J3	J2	J1	イン2番子供教室 J B 17:00~18:00 濱田(3番)	J3	J2	J1	イン2番子供教室 J B 17:00~18:00 濱田(3番)	J3	J2	J1	J B	レディース 初級 JB 村雲(3番)	J2	J1	
F	19:30~21:00	イン2番 初級 金子	イン3番 ビギナー &初級 濱田	J4 (90分) 18:45~20:15 藤田 (4番)		アウト5番 中級 児玉	アウト8番 J H 2 松田				イン2番 初級 濱田	イン3番 初級 有田	アウト5番 メンズ 中級 上原	イン2番 ビギナー 金子	イン3番 中級 江頭	アウト5番 初級 松田			アウト5番 初級 松田	イン2番 中級 濱田	イン3番 初級 山本	中級 4~5番 濱田 (定員10名)	イン2番 中級 濱田	イン3番 初級 山本	中級 4~5番 井上 (定員10名)	アウト8番 J H 2 有田	
		★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

- ◆ 1/3(日)~1/9(土) ストローク (基本)
- ◆ 1/10(日)~1/16(土) ストローク (応用)
- ◆ 1/17(日)~1/23(土) ボレー (基本)
- ◆ 1/24(日)~1/30(土) ボレー (応用)
- ◆ 1/31(日)~2/6(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をお願い

- ・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】

★テーマ別 1時間集中レッスン開催! 担当コーチ:村雲
1月18(月)よりスタート! 毎週月曜日
★11:15~12:15(ストローク編) ★12:30~13:30(ボレー編)
対象:初級~初中級 定員6名 **フリー受講クラス**です。
※詳細は別紙にて、ご予約お待ちしております。

		23 土				24 日				25 月				26 火				27 水		28 木				29 金				30 土				31 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)		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						
		インドア子供教室8:00~9:00 J1~2有田(2番)・J3濱田(3番)																																	
A	9:30~11:00	初級 有田	初級 村雲	中級 上原		中級 濱田(8番)	初級 岡田	ビギナー &初級 上原	中級 村雲		イン2番 ビギナー &初級 江頭	イン3番 初級 有田	中級 村雲	中上級 7~8番 シゲル山本 (定員8名)	イン2番 ビギナー &初級 濱田	イン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	イン3番 初級 村雲	中級 4~5番 山本 (定員10名)												
B	11:15~12:45	中級 濱田	初級 村雲	メンズ 上原		中級 村雲	中級 岡田	J4	JB 上原		初級 長野(8番)	中級 山本	初級 濱田	ストローク 60分 (初級~初級)8番	11:15~12:15 村雲(定員6名)	レディース 初級 濱田	初級 4~5番 村雲 (定員10名)	メンズ 中上級 岡田 (8番)		初級 山本	中級 濱田	ビギナー 井上	中級 村雲												
C	13:00~14:30	Perfect (固定)				中上級 江頭	初級 有田	アウトア子供教室 13:00~14:00 J1~J2 長野(5番)			初級 有田	中級 江頭	ボレー 60分 (初級~初級)8番	12:30~13:30 村雲(定員6名)	中級 井上	初級 岡田		アウトア子供教室 キッズクラス 16:00~16:45 濱田(5番)	初級 岡田	中級 濱田	レディースABC級 村雲(8番 定員8名)	初級 有田													
D	14:45~16:15	中級 村雲	ハハママ 16:30~17:30 山本 (5番)			初級 江頭	初級 岡田	アウトア子供教室 16:30~17:30(6~8番)			初級 岡田				中上級 有田			アウトア子供教室 17:00~18:00	初級 山本	中級 濱田	アウトア子供教室 16:00~16:45 有田(5番)	中級 濱田	アウトア子供教室 16:45~17:45	アウトア子供教室 17:00~18:00											
E	17:50~19:20	中級 原田	JH1 (80分) 18:30~19:30 虎玉 (8番)			中級 江頭	中級 岡田	アウトア子供教室 17:30~18:30(6~8番)			イン2番子供教室 J B 17:00~18:00 濱田(3番)	J3	J2	J1	イン2番子供教室 J B 17:00~18:00 濱田(3番)	J3	J2	J1	イン2番子供教室 J B 17:00~18:00 濱田(3番)	J3	J2	J1	J B	レディース 初級 JB 村雲(3番)	J2	J1									
F	19:30~21:00	イン2番 初級 金子	イン3番 ビギナー &初級 濱田	J4 (90分) 18:45~20:15 藤田 (4番)		アウト5番 中級 児玉	アウト8番 J H 2 有田				イン2番 初級 濱田	イン3番 初級 有田	アウト5番 メンズ 中級 上原	イン2番 ビギナー 金子	イン3番 中級 江頭	アウト5番 初級 松田			アウト5番 初級 松田	イン2番 中級 濱田	イン3番 初級 山本	中級 4~5番 濱田 (定員10名)	イン2番 中級 濱田	イン3番 初級 山本	中級 4~5番 井上 (定員10名)	アウト8番 J H 2 有田									
		★スカイサークル活動★ 17:00~20:00																																	

※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・インバウンド・グレード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、お願い申し上げます。