

## ダンロップテニススクール常盤平 時間割表

4・5・6月期時間割			月			火			水			木			金		
			1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
A	9:30 11:00	レベル	初級	初中級	中級	初級	初中級	中上級	入門①45 入門②45	初級	初中級	初級	初中級	中級	入門①45 入門②45	初中級	中級
		担当	森満	中村	植苗	中野	尾関	大重	渡辺	植苗	森満	森満	鈴木	大重	矢野	大重	森満
B	11:10 12:40	レベル	入門①45 入門②45	初中級	中級	初中級	中級	中上級	初中級	中級	中上級	入門①45 入門②45	初中級	中級	初級	中級	中上級
		担当	矢野	中村	森満	大重	中野	尾関	森満	植苗	伊藤	鈴木	大重	大原	矢野	森満	大重
C	12:50 14:20	レベル	初級	初中級	中上級	試合 はじめて	初級	上級	初級	中級	中上級	中級	中上級	上級	試合 はじめて	初中級	上級
		担当	矢野	尾関	大重	伊藤	尾関	大原	尾関	伊藤	植苗	大原	伊藤	森満	森満	尾関	伊藤
D	14:25 15:55	レベル	ラリー	中級	上級		初中級	中級	テニスクラブ			T&F	ラリー	女子 ダブルス	テニス塾	中級	中上級
		担当	矢野	大重	森満		中野	大原				中野	伊藤	森満	牧野/矢野	尾関	伊藤
JA	16:00 17:00	レベル	S1 S2		S0 S1 S2		S0 S1 S2		S0 S1 S2		S1 S2		S3				
		担当	今・伊藤		伊藤・中野・菅原		尾関・大原・菅原		矢野・中野・大原		中野・植苗・尾関		牧野(中野)				
JB	17:00 18:20	レベル	S1 S2		S0 S1 S2		S0 S1 S2		S0 S1 S2		S1 S2		S3				
		担当	今・伊藤		大原・伊藤・菅原		菅原・伊藤・大原		矢野・中野・伊藤		中野・植苗・尾関		牧野(中野)				
JC	18:25 19:45	レベル	S0 S1.2	ソフトテニス初心 小1~中1	S0 S1.2	ソフトテニス初級 中1~	S0 S1.2	S3	S0 S1.2	ソフトテニス初級 中1~	S1 S2	S3					
		担当	伊藤・植苗	小倉	村山・大原	佐藤	今・尾関	伊藤	矢野・伊藤	松村	村山・伊藤	中野					
E	19:50 21:20	レベル	ダブルス	中上級	入門①45 入門②45	初中級	中級	入門①45 入門②45	初中級	中上級	初中級	中級	中上級	初級	初中級	中級	
		担当	伊藤	植苗	村山	伊藤	大原	今	大原	伊藤	中野	大原	伊藤	伊藤	村山	中野	
F	21:30 23:00	レベル	初級	中級	初級	初中級	中級	初中級	中級	中級	初中級	中級	中上級	中級	中上級	上級	
		担当	今	伊藤	村山	大原	伊藤	大原	尾関	伊藤	大原	伊藤	中野	村山	伊藤	中野	

		土			日			
		1	2	3	1	2	3	
M	7:20 8:50		おはよう中	おはよう上	7:30	JB.S0	JB.S1	JB.S2
			矢野・会田		8:50	藤橋・村山・川村		
A	9:00 10:30	初級	初中級	中級	9:00	初中級	中級	中上級
		矢野	村山	会田	10:30	川村	大原	村山
B	10:40 12:10	初級	中上級	上級	10:40	入門②45 入門①45	中級	中上級
		森満	会田	尾関	12:10	村山	牛原	川村
C	12:20 13:50	入門①45 入門②45	初級	初中級	12:20	入門①45 入門②45	初級	初中級
		矢野	今	尾関	13:50	中野	村山	牛原
D	14:00 15:30	初中級	中級	上級	14:00	初級	初中級	中級
		中野	森満	尾関	15:30	大原	村山	中野
E	15:40 17:10	初中級	中級	中上級	15:40	初中級	中級	中上級
		大原	中野	森満	17:10	中野	牛原	大原
F	17:20 18:50	17:20-18:40 JCS1.S2	初級	初中級	17:20	初級	中級	上級
		今	大原	尾関	18:50	中野	大原	牛原
G	19:00 20:30	中級	中上級	上級				
		大原	伊藤	中野				
H	20:40 22:10		初中級	中級				
			大原	伊藤				

## 【一般クラス説明】

### ★入門①45/はじめて (定員 6名)

- ・楽しく基本から始めたいテニス初めての方にお勧めです。
  - ・受講に大切なルール、マナーに触れたり、基本的なことから学びます。
- ※2ヶ月限定受け放題です。  
※入門①45は入門①45で受講が可能です。  
※入門①45/はじめてクラスを卒業したら入門②45/入門クラスへ進級します。

### ★入門②45/入門 (定員 6名)

- ・ダブルスの雁行陣を知り、ポイントを数えられるようになることを目標にします。
  - ・相手を思いやる気持ちや、互いに上達出来るような練習をしていきます。
- ※2ヶ月限定受け放題です。  
※入門②45は入門①45へも受講可能です。

### ★初級クラス (定員 10名)

- ・テニス経験がある方で、テニスを楽しみたい方にお勧めです。
  - ・ラリー、ゲーム形式練習がゆっくりとした速度、または、適度なコントロールで継続でき、楽しめることを目指していきます。
  - ・アプローチショットを学びネットプレーへの連携、展開にチャレンジします。
  - ・雁行陣を中心にダブルス練習を行います。
- ※初級クラスでの振替が可能です。

### ★初中級クラス (定員 10名)

- ・テニス経験がある方で、テニスを楽しみたい方にお勧めです。
  - ・初級での技術の向上、マナー、雁行陣についての理解を深めていきます。
  - ・雁行陣を中心にダブルス練習を行います。
  - ・並行陣への展開にもチャレンジしていきます。
- ※初中級クラス/初級クラスでの振替が可能です。

## ★中級クラス (定員 10名)

- ・テニスを楽しく上達させたい方、ゲーム形式を楽しみたい方にお勧めです。
- ・並行陣の練習を多く取り入れていきます。
- ・スピード・回転・高さ・コースのコントロールを場合に応じて瞬時に選択し試合で使い分けることを覚えていきます。

※中級クラス/初中級クラスでの振替が可能です。

## ★中上級クラス (定員 10名)

- ・テニスを楽しく上達させたい方、ゲーム形式を楽しみたい方にお勧めです。
- ・状況に応じた陣形を形式練習で覚えていきます。
- ・ゲーム練習や試合で雁行陣、並行陣ともに安定してプレーすることを目指します。
- ・場面により使い分けにチャレンジします。
- ・ラリー練習ではコントロールの安定を前提に練習していきます。

※中上級クラス/中級クラスでの振替が可能です。

## ★上級クラス (定員 10名)

- ・試合に勝ちたい方、得意なショットを伸ばしたい方にお勧めです。
- ・状況に応じた陣形を形式練習で覚えていきます。
- ・どのプレースタイルにも対応できる技術の習得を目指します。

※受講には受講者同士でのラリー練習が安定していることが必須です。

※上級クラス/中上級クラスでの振替が可能です。

## ★テニスクラブ (定員 24名)

- ・全レベル対象
- ・試合を主に行っていくクラスになります。
- ・試合経験を積みたい方は必見です。

※テニスクラブはコート3面の定員数になっております。

## 【専門クラス説明】

### 女子ダブルス (定員 8名)

- ・女性限定のダブルスクラスです。中上級～対象です。
- ・対外試合、トーナメント出場に必要なスキルを磨くクラスです。

### 試合はじめて (定員 7名)

- ・大会に出てみたいトーナメントビギナーの方にお勧めです。初級～中級対象です。
- ※ダンロップ主催FUNFUN大会等はじめての大会出場から初勝利までをサポートします。

### ダブルス (定員 7名)

- ・ダブルスのフォーメーションに特化したゲーム中心の練習を行うクラスです。
- ※中級～対象です。

### おはよう (定員 27名)

- ・他のレッスンとは一味違った早朝レッスンです(7:20～8:50)
- ※おはよう(土曜朝)はコート3面の定員数になっております。

### ラリー (定員 8名)

- ・ラリーをたくさんしたい方にお勧めです。
- ※初中級～対象クラスです。

### T&F (定員 8名)

- ・テニスとフィットネスを融合したクラスです。テニスに必要な体幹トレーニングや
- ※サーキットトレーニングを用いてパフォーマンスの向上を目指します。

### テニス塾 (定員 8名)

- ・女子テニスによくある悩みを解決します。練習内容がハードな内容になります。
- ※フィジカル、テクニク、タクティスをサポートし土台強化を目指します。初中級～対象クラスです。

## 【ジュニアクラス説明】

### ★JA/S0

- ・未就学のお子様(4才から)が対象です。
- ・低学年のお子様でテニスが初めての方、経験の少ない方が対象です。
- ・団体行動を学んでいきます。
- ・運動能力向上ととテニスに慣れることを目的とします。
- ・スポンジボール・レッドボール・オレンジボールを主に使用します。

### ★JA S1/S2

- ・ご入会時(ご体験後)の在籍レベルや進級はコーチの判断となります。
- ・小学校低学年のお様が対象です。
- ・団体行動とテニスのマナーを学んでいきます。
- ・基本練習からゲーム練習までを総合的に練習します。
- ・運動能力、体力、バランス感覚を学んでいきます。
- ・オレンジボールやグリーンボールを主に使用します。
- ・ご入会時(ご体験後)の在籍レベルや進級はコーチの判断となります。

### ★JA/S3

- ・小学校低学年のお様が対象です。(U10/U12が対象になります。)
- ・プレイヤーとしての行動、姿勢、マナーを指導します。
- ・関東公認大会、JOP大会、ビギナー大会への出場をします。
- ・プレイヤーとしての心得を学びます。
- ・反復練習を主とした基礎、土台作りを行います。
- ・S3への進級はコーチの承認が必要です。
- ・ご入会時(ご体験後)の在籍レベルや進級はコーチの判断となります。

## ★JB/S0

- ・小学校中高学年のお子様を対象です。(U10/U12が対象になります。)
- ・団体行動とテニスのマナーを学んでいきます。
- ・運動能力向上とテニスに慣れることを目的とします。
- ・スポンジボール・レッドボールやオレンジボールを主に使用します。
- ・レベルに応じグリーンボールを使用します。
- ・ご入会時(ご体験後)の在籍レベルや進級はコーチの判断となります。

## ★JB S1/S2

- ・小学校中高学年のお子様を対象です。(U10/U12が対象になります。)
- ・プレーヤーとしての行動、姿勢、マナーを指導します。
- ・関東公認大会、JOP大会、ビギナー大会への出場をします。
- ・プレーヤーとしての心得を学びます。
- ・反復練習を主とした基礎、土台作りを行います。
- ・S3への進級はコーチの承認が必要です。

## ★JB S3

- ・小学校3～6年生の方でコーチの承認が必要なクラスになります。
- ・プレーヤーとしてチャレンジするクラスです。
- ・グリーンボールやイエローボールを使用します。
- ・JOP大会、スクスクのっぽ君大会等大会へ出場する。
- ・関東公認大会を主とした大会を目指していく。
- ・大会に出るプレーヤーとして必要なルールやマナー
- ・体力、メンタル向上を目指します。
- ・ご入会時(ご体験後)の在籍レベルや進級はコーチの判断となります。

## ★JC S0/S1/S2

- ・中学校1～3年生、高校1～3年生まで在籍できます。
- ※小学校6年生のテニスはじめての方も受講できます。
- ・グリーンボールやイエローボールを使用します。


## ★JC S3

- ・S3への進級はコーチの承認が必要です。
- ・ご入会時(ご体験後)の在籍レベルや進級はコーチの判断となります。
- ・中学校1～3年生、高校1～3年生まで在籍できます。
- ・コーチの承認が必要なクラスになります。
- ・大会に出るプレイヤーとして必要なルールやマナー
- ・体力、メンタル向上を目指します。
- ・ご入会時(ご体験後)の在籍レベルや進級はコーチの判断となります。





## ★ソフトテニス (定員12名)

- ・初心～初クラスは小学校4年生～中学校1年生の初心者が対象です。
- ・初～クラスは中学校1～3年生までの経験者が対象です。
- ※対象学年・対象レベルに従って在籍していただきます。
- ・ご入会時(ご体験後)の在籍レベルや進級はコーチの判断となります。

# ダンロップテニススクール常盤平 料金表

【一般クラス】	時間	区分	料金	
			4回/月	5回/月
入門①45/はじめて 定員6名	45分	入門①45 全時間帯受け放題	11,591(税込)	14,488(税込)
				
入門②45/入門 定員6名	45分	入門②45 全時間帯受け放題	11,591(税込)	14,488(税込)
初級クラス 定員10名	90分	平日昼間	11,591(税込)	14,488(税込)
		土日・ナイター	12,753(税込)	15,941(税込)
初中級クラス 定員10名	90分	平日昼間	11,591(税込)	14,488(税込)
		土日・ナイター	12,753(税込)	15,941(税込)
中級クラス 定員10名	90分	平日昼間	11,591(税込)	14,488(税込)
		土日・ナイター	12,753(税込)	15,941(税込)
中上級クラス 定員10名	90分	平日昼間	11,591(税込)	14,488(税込)
		土日・ナイター	12,753(税込)	15,941(税込)
上級クラス 定員10名	90分	平日昼間	11,591(税込)	14,488(税込)
		土日・ナイター	12,753(税込)	15,941(税込)
テニスクラブ 定員24名	90分	平日昼間	7,651(税込)	9,563(税込)

【専門クラス】	時間	区分	料金	
			4回/月	5回/月
女子ダブルス 定員 8名	90分	女子ダブルス	13,452(税込)	16,816(税込)
試合はじめて 定員 7名		試合はじめて	13,452(税込)	16,816(税込)
ダブルス 定員 7名		ダブルス	13,452(税込)	16,816(税込)
おはよう 定員27名		おはよう	13,452(税込)	16,816(税込)
ラリー 定員 8名		ラリー	13,452(税込)	16,816(税込)
T&F 定員 8名		T&F	12,260(税込)	15,325(税込)
テニス塾 定員 8名	テニス塾	13,452(税込)	16,816(税込)	

【ジュニアクラス】	時間	区分	料金					
			4回/月	5回/月				
JA S0 定員8名	60分	16:00~17:00	7,651(税込)	9,563(税込)				
								
JA S1/S2 定員8名								
								
JA S3 定員8名	80分	17:00~18:20	9,953(税込)	12,442(税込)				
								
JB S0 定員8名								
								
JC S0/S1/S2 定員8名	80分	18:25~19:45	12,131(税込)	15,163(税込)				
JC S3 定員8名								
ソフトテニス 定員12名	80分	18:25~19:45	10,441(税込)	13,052(税込)				



## ダンロップテニススクール常盤平 日程表・スクール注意事項

### 《4・5・6月期》(2018/4/13~7/15)

4月(4回)						
日	月	火	水	木	金	土
					13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	5/1	2	3	4	5
6	7	8	9	10		12 イベント予定

5月(4回)						
日	月	火	水	木	金	土
					11	
13 イベント予定	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31	6/1	2
3	4	5	6	7		9
10						

6月(5回)						
日	月	火	水	木	金	土
					8	
	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
7/1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13 イベント予定	14
15	16 イベント予定					