

ジュニアテニススクール レッスンスケジュール 2021年 10・11月期 2021年9月27日(月) ~ 2021年11月28日(日) 9週制

コートNo	月			火			水			木			金			コートNo	土			コートNo	日							
	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		1	2	3		1	2	3					
E2	3級	5級	6級	4級	3級	5級	6級	4級	3級	5級	6級	4級	3級	5級	6級	4級	Z	3級	5級	6級	4級	L	3級	5級	6級	4級		
16:25 ~ 17:25	田植	小島 近藤	平島	小島	近藤	大西	齋藤	野寄	近藤 小島	大西	野寄	田植 小島	杉	諸木	門田	諸木	近藤	大西	16:10 ~ 17:10	小島	藤森 藤森(ま)	大西	門田 藤田	14:45 ~ 15:45	藤森	大西	小森 藤森(ま)	吉川 小森(み)
E3	2級	1級	S1級	2級	1級	S1級	S2級	1級	2級	3級	4級	2級	S1級	4級	M	S1級	Z	1級	2級	4級								
17:25 ~ 18:25	齋藤	田植	小島	平島	諸木	大西	野寄	小島 杉	ジュニア 2・1級対象 強化イベント実施 ※WEB申込	野寄 諸木	5226 門田	5517 池田	17:15 ~ 18:15	藤森(ま)	15:50 ~ 16:50	門田	小森	野原										
F			S2級	Jr育成	Jr育成	M	S2級	S1級	Jr育成																			
18:30 ~ 19:30			齋藤	大西	門田	16:55 ~ 17:55	小森	吉川 野原	藤森																			

級	1名コーチ 定員	2名コーチ 定員	対象	使用級	時間	レッスン内容(体格に合ったボール・コート範囲を 사용합니다)
6級	6名	12名	未就学児(4才以上)	スポンジ	60分	<ul style="list-style-type: none"> ●手やヒジにやさしい“スポンジボールとスポンジボール用ラケット”を使用します。 ●走ったり、投げたりする運動から身体を動かす楽しさを感じます。 ●テニス技術を習得するための運動能力開発を中心にレッスンを進めます。
5級	8名	16名	小学生 ※新規入会者 スタートクラス	レッド	60分	<ul style="list-style-type: none"> ●はずみの少ない“レッドボール”を使用し、ボールに合ったコートで行います。 ●運動能力開発を中心に、基本4ショット(サービス・ストローク・ボレー・スマッシュ)を学びます。 ●相手との「打ち合いの楽しさ」「ゲームでの得点するおもしろさ」を学びます。
4級	8名	16名	小学生	オレンジ	60分	<ul style="list-style-type: none"> ●通常ボールの半分くらい弾む“オレンジボール”を使用し、ボールに合ったコートで行います。 ●基本4ショット(ストローク・ボレー・スマッシュ・サーブ)を指導いたします。 ●中でもストロークの練習を多く取り入れます。運動連鎖を意識して身体全体で打球することを目指します。 ●相手との「打ち合いの楽しさ」「ゲームでの得点するおもしろさ」を学びます。
3級	8名	16名	小学生	グリーン	60分	<ul style="list-style-type: none"> ●通常ボールの空気圧25%減の“グリーンボール”を使用し、ボールに合ったコートで行います。 ●基本4ショット(ストローク・ボレー・スマッシュ・サーブ)を指導いたします。 ●その中でストロークの練習を多く取り入れます。運動連鎖を意識して身体全体で打球することを目指します。 ●より競技性を意識したレッスン内容となり、ショットの安定・様々なプレースタイルの構築、それに対抗するための戦術を学びます。 ●イエローボールでのフルコートによるゲームに備えた選手層のベースを作るクラスとなります。
2級	8名	16名	小学生	イエロー	60分	<ul style="list-style-type: none"> ●通常ボールの“イエローボール”を使用し、通常コートで行います。 ●基本4ショット(サービス・ストローク・ボレー・スマッシュ)を学びます。 ●より競技性を意識したレッスン内容となり、ショットの安定・様々なプレースタイルの構築、それに対抗するための戦術を学びます。 ●様々に変化する場面と相手に対して、応用と実践形式を行います。
1級	8名	16名	小学生	イエロー	60分	<ul style="list-style-type: none"> ●通常ボール“イエローボール”を使用し、通常コートで行います。 ●基本4ショットの習熟度をより引き上げる練習を実施します。 ●試合で勝つ事を目標とし、より実践的な戦術・戦略を学びます。 ※これ以降の小学生の進級は、育成への選抜方式となります。
S1級	10名	16名	中高生(初級)	イエロー	60分	<ul style="list-style-type: none"> ●通常ボール“イエローボール”を使用し、通常コートにて行います。 ●基本4ショット(サービス・ストローク・ボレー・スマッシュ)を学びます。 ●様々に変化する相手の打ち方に対して、応用と実践形式を行います。 ●様々に変化する場面に対して、応用と実践形式を行います。
S2級	10名	16名	中高生(上位)	イエロー	60分	<ul style="list-style-type: none"> ●通常ボール“イエローボール”を使用し、通常コートにて行います。 ●基本4ショット(サービス・ストローク・ボレー・スマッシュ)を学びます。 ●様々に変化する相手の打ち方に対して、応用と実践形式を行います。 ●様々に変化する場面に対して、応用と実践形式を行います。



←テニススクール生掲示板はこちらから

スクールカレンダー・テニスレッスンスケジュール(成人・ジュニア)・欠席振替登録(WEB登録方法・欠席振替登録のご案内・欠席振替登録) イベント情報・お知らせ・マイカルテ登録等の情報はここから。

スポーツクラブ ルネサンス名古屋熱田 052-681-2202