

# ARROWS レッスン時間割

2020年9月 最新改定

|          |       | 月曜日  |       |        | 火曜日  |       |      | 水曜日  |         |      |     | 木曜日  |      |      | 金曜日     |      |        |          |          | 土曜日      |        |       | 日曜日         |       |      |
|----------|-------|------|-------|--------|------|-------|------|------|---------|------|-----|------|------|------|---------|------|--------|----------|----------|----------|--------|-------|-------------|-------|------|
|          |       | Aコート | Bコート  | Cコート   | Aコート | Bコート  | Cコート | Aコート | Bコート    | Cコート | 堅田校 | Aコート | Bコート | Cコート | Aコート    | Bコート | Cコート   |          |          | Aコート     | Bコート   | Cコート  | Aコート        | Bコート  | Cコート |
| 1<br>限目  | 8:00  |      |       |        |      |       |      |      |         |      |     |      |      |      |         |      |        | 1<br>限目  | 8:00     | 中級       |        |       | 中上級         |       |      |
|          | 9:25  |      |       |        |      |       |      |      |         |      |     |      |      |      |         |      |        |          | 2<br>限目  | 9:30     | 安居院    | 山本    |             | 高橋    |      |
| 2<br>限目  | 9:30  | 上級   | 初級    |        | 中級   |       |      | 中級   | 初級      |      | 中級  | 上級   |      |      | 上級      | 中級   |        | 2<br>限目  | 9:30     | 中上級      | 初級     |       | 中級          | 初級    |      |
|          | 10:55 | 安居院  | 山本    |        | 安居院  |       |      | 山本   | 鎌田      |      | 高橋  | 安居院  | 峯尾   |      | 安居院     | 西井   |        |          | 3<br>限目  | 10:55    | 安居院    | 西井    |             | 高橋    | 鎌田   |
| 3<br>限目  | 11:00 | 上級   | 中級    |        | 上級   | 初級    |      | 上級   | 中級      |      | 中級  | 上級   | 中級   |      | 中級      | 女子B  |        | 3<br>限目  | 11:00    | 上級       | 初級     |       | 上級          | 中級    |      |
|          | 12:25 | 山本   | 安居院   |        | 安居院  | 高橋    |      | 鎌田   | 山本      |      | 高橋  | 鎌田   | 山本   |      | 山本      | 峯尾   |        |          | 4<br>限目  | 12:25    | 西井     | 山本    |             | 山本    | 鎌田   |
| 4<br>限目  | 12:30 | 中級   |       |        | 女子A  | 中級    |      | 中上級  | 初めて初級   |      |     | 中級   |      |      | 中級      | 初級   |        | 4<br>限目  | 12:30    | 中級       | 強化3    |       | 中上級         | 強化3   |      |
|          | 13:55 | 山本   |       |        | 安居院  | 高橋    |      | 山本   | 鎌田      |      |     | 山本   |      |      | 山本      | 鎌田   |        |          | 5<br>限目  | 13:55    | 山本     | 安居院   |             | 山本    | 鎌田   |
| 5<br>限目  | 14:00 | 上級   |       |        | 中級   |       |      | 中級   |         |      |     | 中級   |      |      | レディース上級 | 中級   |        | 5<br>限目  | 14:00    | 選手・強化1.2 |        |       | 高校・選手・強化1.2 |       |      |
|          | 15:25 | 安居院  |       |        | 鎌田   |       |      | 安居院  |         |      |     | 山本   | 鎌田   |      | 安居院     | 山本   |        |          | 6<br>限目  | 15:25    | 安居院・鎌田 |       |             | 高橋・山本 |      |
|          |       |      |       |        |      |       |      |      |         |      |     |      |      |      |         |      |        |          |          |          |        |       |             |       |      |
| 6<br>限目  | 16:00 |      |       |        |      |       |      | 小学生  | 初めて Jr. |      |     |      |      |      |         | キッズ  |        | 6<br>限目  | 16:00    | 小学生      | キッズ    |       | 小学生         | キッズ   |      |
|          | 16:55 |      |       |        |      |       |      | 鎌田   | 山本      |      |     |      |      |      | 鎌田      | 安居院  |        |          | 7<br>限目  | 16:55    | 強化2    | 小学生   | 強化3         | 高橋    | 鎌田   |
| 7<br>限目  | 17:00 | 強化2  | 小学生   | 強化3    | 選手   | 小学生   | 強化2  | 強化1  |         | 強化2  |     | 強化1  | 小学生  | 強化3  | 強化1.2.3 | 小学生  | 合同     | 7<br>限目  | 17:00    | 柘植       | 小4~中学  |       | 小4~中学       | 小学生   |      |
|          | 17:55 |      | 安居院   | 山本     |      | 高橋    |      | 山本   | 強化3     |      |     | 鎌田   | 高橋   |      | 鎌田      |      |        |          | 8<br>限目  | 17:55    | 柘植     | 小4~中学 | ~18:30      | 鎌田    | 山本   |
| 8<br>限目  | 18:00 | 柘植   | 小4~中学 | ~18:30 | 柘植   | 小4~中学 | 鎌田   |      |         |      |     | 中上級  | 中級   | 高・選  |         |      | 高橋・安居院 | 8<br>限目  | 18:00    | 中級       | 初級     | 強化1   | 初級          |       |      |
|          | 18:55 |      | 安居院   |        |      | 高橋    |      | 山本   | 鎌田      | 安居院  |     | 高橋   | 選手   |      | 高橋      | 安居院  | 鎌田     |          | 9<br>限目  | 18:55    | 柘植     |       |             | 柘植    |      |
| 9<br>限目  | 19:00 | 中級   | 初級    | 強化1    | 初級   |       |      | 中上級  | 中級      | 高・選  |     | 中級   | 初級   |      | 中級      | 初級   |        | 9<br>限目  | 19:00    | 柘植       | 山本     | 安居院   | 柘植          |       | 中上級  |
|          | 20:25 | 柘植   | 山本    | 安居院    | 柘植   |       |      | 高橋   | 鎌田      | 安居院  |     | 西井   | 鎌田   | 高橋   | 高橋      | 安居院  | 鎌田     |          | 10<br>限目 | 20:25    | 中上級    |       |             | 柘植    |      |
| 10<br>限目 | 20:30 | 中上級  |       |        | 上級   | 中級    |      | 上級   | 中級      |      |     | 中上級  | 中級   |      | 上級      | 中級   |        | 10<br>限目 | 20:30    | 柘植       |        |       |             |       |      |
|          | 21:55 | 柘植   |       |        | 柘植   | 高橋    |      | 安居院  | 高橋      |      |     | 西井   | 鎌田   |      | 高橋      | 鎌田   |        |          | 10<br>限目 | 21:55    | 山本     | 初めて初級 |             |       |      |

※休館日は基本、毎月末29,30,31日となります。(1月のみ月末営業) お盆休み8月14,15,16日、お正月休み1月1,2,3日です。

## ■一般クラス■

一般会員は平日昼と土日夜に分かれ、初めてテニスをされる方から試合で勝ちたい方まで、初級、中級、中上級、上級クラスとレベルに分けて受講して頂けます。

## ■トナメントクラス■

一般定員6名の少人数クラスです。女子トナメントはダブルスの試合で勝つ為の戦術やパターン練習を行います。Aは上級、Bは中上級、中級の方対象です。

## ■プライベート■

ARROWSの会員様のみを限定に、時間割内の「PV」という枠で個人レッスンを行っています。試合前の調整やフォームの改善等、受講者様の課題に合わせたマンツーマン指導を行います。

## ■ジュニアクラス■

キッズは4～6歳までの未就学児対象。楽しくが一番のレッスンです。小学生、小4～中学生と週1回の習い事として、楽しく頭脳と身体を使ってテニスの技術を身につけます。

## ■強化クラス■

選手クラスへの予備軍として、試合に慣れ勝利を目指す技術や体力、忍耐、礼儀、そして将来を見据えた基礎からの指導を致します。毎日練習のできる体制を整えております。

## ■選手クラス■

小学校高学年・中学生を主に全国的な選手を目指し、技術やメンタル等の「試合に勝つ為の要素」を指導していきます。毎日練習のできる体制をとり、全面バックアップいたします。