# 東村山校　レッスンタイムテーブル　2026.4月～

| 時間 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 時間 | 土 | 日 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 9:00<br>9:15<br>9:30<br>9:45<br>10:00<br>10:15<br>10:30 | 中上級・上級<br>(G)<br>関口 | 上級(G)<br>和田 | 中上級<br>高橋 | 中級・中上級<br>関口 | 中上級<br>和田 | 9:00<br>9:15<br>9:30<br>9:45<br>10:00<br>10:15<br>10:30 | 中上級・上級<br>高橋 | レンタルコート<br>10:00迄<br>(契約者)<br>10:15～11:45 |
| 10:45 | 10:45～12:15 | 10:45～12:15 | 10:45～12:15 | 10:45～12:15 | 10:45～12:15 | 10:45 | 10:45～12:15 | 上級・T<br>高橋 |
| 11:00<br>11:15<br>11:30<br>11:45<br>12:00<br>12:15 | 中級・中上級<br>関口 | 初中級・中級<br>(ベテラン)<br>和田 | 球出し<br>(初級～)<br>高橋 | 初中級・中級<br>(ベテラン)<br>関口 | 初級・初中級<br>(ベテラン)<br>和田 | 11:00<br>11:15<br>11:30<br>11:45<br>12:00<br>12:15 | 中級・中上級<br>中村 | 12:00～13:30 |
| 12:30～ | 12:30～14:00 | 12:30～14:00 | 12:30～14:00 | 12:30～14:00 | 12:30～14:00 | 12:30～ | 12:30～13:30 | 中級・中上級<br>高橋 |
| 12:45<br>13:00<br>13:15<br>13:30<br>13:45 | 球出し<br>(初心者～)<br>高橋 | 中上級<br>和田 | | 中上級・上級<br>高橋 | 14:00～15:30 | 12:45<br>13:00<br>13:15 | Jr.－AⅠ・Ⅱ<br>中村 | 13:45～15:15 |
| 14:00～ | | | | | 上級(G)<br>和田 | 13:30<br>13:45<br>14:00<br>14:15<br>14:30<br>14:45 | 中級・中上級<br>菅原 | トーナメント<br>高橋 |
| 14:15<br>14:30<br>14:45<br>15:00<br>15:15<br>15:30<br>15:45 | | | | 16:30～17:30 | 16:30～17:30 | 15:00<br>15:15<br>15:30<br>15:45 | 初中級.中級<br>菅原 | 15:30～ |
| 16:00～<br>16:15 | | レンタルコート<br>16;00～18:30<br>(契約者) | | | | 16:00<br>16:15 | | 中級・中上級<br>関口 |
| 16:30<br>16:45<br>17:00<br>17:15～<br>17:30 | | | | Jr.－AⅠ<br>高橋 | Jr.－AⅠ<br>和田 | 16:30<br>16:45<br>17:00<br>17:15<br>17:30 | 上級・T<br>菅原 | 中級<br>関口 |
| 17:45 | | | | 17:45～18:45 | 17:45～18:45 | 17:45 | | |
| 18:00<br>18:15<br>18:30 | | 18:45～20:15 | | Jr.－AⅡ<br>高橋 | Jr.－AⅡ<br>和田 | 18:00<br>18:15<br>18:30 | | ラリー(中級以上)<br>関口 |
| 18:45<br>19:00～<br>19:15<br>19:30<br>19:45<br>20:00<br>20:15 | | Jr.－BⅡ<br>和田 | | Jr.－BⅠ<br>高橋 | Jr.－BⅠ・Ⅱ<br>和田 | 18:45<br>19:00<br>19:15<br>19:30<br>19:45<br>20:00<br>20:15 | | 20:00終了 |

| レベル | 一般 | レベル | ボールの種類 | ジュニア |
|---|---|---|---|---|
| 初心者 | 全くテニスを経験した事がない方。少しだけ経験したことはあるが、ラリーが続かない方。 | AⅠ(低学年) | レッド～オレンジ | 小学生の初心者～初級者を対象とし、投げる・走る・跳ぶを基本に球出しのボールならフラットに返球することが出来る。 |
| 初級者 | ベースラインでラリーが続けられる方。なんとかサービスをいれることが出来、ゲームができる方。 | | | |
| 初中級 | ベースラインでラリーが続けられるが、ボレーやサービスのﾌｫｰﾑは安定していない方。 | | | |
| 中級 | 遅いボールなら方向や深さがコントロール出来、ボレーやスマッシュも出来るようになってきた方。<br>雁行陣のポジションが解り、平行陣でも試合運びが出来る様になった方。 | AⅡ(高学年) | オレンジ～グリーン | 小学生のテニス経験が2年以上が目安、サービスからシングルスの試合が出来、生徒通しでもラリーがつながる。ボレーも多少なら出来る。 |
| 中上級 | 雁行陣、平行陣のポジションを理解して試合を進めることができる方。<br>応用ストロークや特殊なショット使いｹﾞｰﾑ運びができる方。 | BⅠ・Ⅱ | グリーン～イエロー | 小学校5,6年の経験者、もしくは中学生の初級者(初心者も可)。硬式ボールへの移行期間、ストロークができ、サービスからシングルスのゲームができる程度．BⅡは中学生のサービスからラリーが出来る。 |
| 上級 | サーブ＆ネットプレーのようなパターンや、特殊ショットを打ちゲームが出来る | | | |
| トーナメント | 試合に勝つ事を目的とされ、体力・技術ともに優れている方。 | | | |