

2026年 夏季ワンポイントレッスン スケジュール（前半）

コート	8/10（月）					8/11（火祝）					8/12（水）					8/13（木）					
	時間	クラス	コーチ	定員	メニュー	時間	クラス	コーチ	定員	メニュー	時間	クラス	コーチ	定員	メニュー	時間	クラス	コーチ	定員	メニュー	
1	9:40	C	青	8	片手での返球の仕方（St）	9:30 10:30	無料体験	青	8	一般初心者	9:40	自主練習D		6		9:40	B	湯	8	サーブ安定	
2	11:00	B	福	8	ストロークラリーの安定	9:20	B	湯	10	スライスショット	}	B	吉	8	St、左右コース打ち	}	C	石	8	ローボレー強化	
3						}	C	吉	10	チャンスボレー		C	木	8	ネットミスしないボレー	11:00	D	木	8	トップスピロボ	
4						10:40	D	木	10	St、スピンをかけるコツ		11:00	D	伊	8	ハーフボレーの活用	10:00 12:00	ロング (CD)	小	6	リターンで攻める
キッズ																					
1	11:20	B	青	8	ストローク安定	11:00 12:00	無料体験	福	8	一般経験者	11:20 12:20	R(B)	木	6	たくさん打ち合おう	11:20	B	木	8	安定バックハンド	
2	12:40	C	松	8	アプローチからボレー	11:00	B	吉	10	St高い打点の安定	11:20	C	西	8	ストローク強弱	}	C	湯	8	予測力UP	
3						}	C	湯	10	サーブ安定	12:40	D	湯	8	決めきるボレー	12:40	D	福	8	アプローチ〜ボレー	
4						12:20	D	伊	10	ローボレーコントロール	11:20 12:50	WG(CD)	吉	6	雁行陣での攻め方	ロングレッスン中(小)					
キッズ																11:30 12:30	ビックル ボール	石	6	初心者練習会	
1	13:30	C	福	8	サーブ、レシーブ	12:30 13:30	無料体験	木	8	一般経験者	13:30	B	伊	8	Stの返球率アップ	13:30	A・B	石	8	ストローク基本〜安定	
2	14:50	A	松	8	ストローク強化	12:40	C	青	10	Voを安定させる方法	14:50	C	吉	8	ストローク回転	14:50	C	湯	8	スライスボレー	
3						14:00	D	湯	10	ライジング活用	13:30 15:00	WG(CD)	湯	6	平行陣での連携	13:30 15:00	WG(CD)	木	6	リターンダッシュ	
4						12:30 14:00	G(CD)	伊	6	中間距離の活用	13:30 14:50	D	西	8	ボレー組み立て	13:30 15:30	ロング (CD)	西	6	ゲーム&ラリー	
キッズ	14:00 15:00	ビックル ボール	青	6	初心者練習会	13:00 14:00	ビックル ボール	福	6	初心者練習会						13:30 14:30	ビックル ボール	福	6	初心者練習会	
1	15:10 16:30	D	福	8	ゲームの縦の動き	14:20	B	福	10	ハイボレー、スマッシュ											
2	15:10 16:40	WG(CD)	松	6	ネットプレー強化	15:40	D	木	10	リターン返球率アップ						15:10	WG(CD)	福	6	反応速度を上げる	
3						14:20	無料体験	伊	8	一般初心者	15:10	WG(D)	伊	6	予測力の強化	16:40	WG(CD)	小	6	ローボレー	
4						15:20	無料体験	吉	8	ソフトテニス	16:40	WG(CD)	木	6	作って決める！ネットプレー	ロングレッスン中(西)					
キッズ																					
1						16:30 17:30	チャレ	新	8	チャレンジテニスA日程	16:30 17:30	チャレ	新	8	チャレンジテニスA日程	16:30 17:30	チャレ	新	8	チャレンジテニスA日程	
2						16:00	B	伊	10	ボレーのフォーム矯正											
3							C	木	10	省エネ ストローク術											
4						17:20	D	青	10	コースで決めるボレー											
キッズ																					
1	18:00	B	青	10	Bストローク安定	17:40	B	青	10	St、回転をかけるコツ	18:00	A	木	8	安定ストローク	18:00 19:00	R(B)	新	6	ボレー対ストローク	
2	}	C	福	10	ストローク、クロス	}	C	福	10	スライスサーブの打ち方	}	B	吉	10	チャンスボレー	18:00	B	福	10	ボレー基本	
3		D	松	10	St、深さコントロール		D	木	10	切らない！安定スライス		C	西	10	バックストローク	}	C	石	10	スライスショット	
4		自主練習C		6			19:00	SB	吉	8		ソフトテニス中級	19:20	D	湯	10	ブロックリターン	19:20	D	西	10
キッズ																					
1	19:40	B	松	10	リターン強化	19:20	A	福	8	ゲームのルールを覚える	19:40	B	木	10	ボレーミスを減らすコツ	19:40	A	石	8	ストローク基本	
2	}	C	福	10	ラリー色々	}	B	吉	10	サーブ回転	}	C	湯	10	サーブ強化	}	B	福	10	薄いグリップのショット	
3		2面 D	青	10	ストロークラリー&ゲーム		C	青	10	ボレーのコース打ち		D	西	10	チャンスボレー コース		C	西	10	ボレー対ストローク	
4							D	伊	10	抜かないストローク		21:00	WD	伊	8		スライスの活用	D	木	10	スライスの応用
キッズ	21:00					20:40										21:00					

お得な3回受講セット

¥9,000

※フロントでの申し込み後、チケット3枚作成。

一般クラス限定、キャンセル、未使用チケット返金不可

申し込みは

8/9(日)まで

レッスン種別	受講料金
一般（A/B/C/D/WD） 1時間20分	¥3,500
2日間通しDクラス 1時間20分	¥5,500
一般ロングレッスンクラス 2時間	¥5,500
ゲーム（G/WG） 1時間30分	¥4,000
2面使用クラス（2面C・D） 1時間20分	¥4,000
ラリークラス（ラリーのみ行います） 1時間	¥2,500
自主練クラス（D/C） 1時間20分	¥1,000
ピックルボール（PB） 1時間	¥1,000
チャレンジテニス 3日間（スクール生のみ） 1時間	¥3,500
チャレンジテニス 3日間（ビッター、紹介） 1時間	¥2,500
ソフトテニス（ジュニア） 1時間20分	¥2,200

ネット(会員管理システム)
サービスエースからご予約可能です

ワンポイント予約から予約画面にお入り下さい。

ワンポイントレッスン予約

■ 予約日付選択

利用チケットを選択してください。

季節ワンポイント

受講するレベルを選択してください。

季節ワンポイントD

担当コーチを選択してください。

●利用チケット
「季節ワンポイント」を選択

●受講レベルを選択

●日付を選択

2022/05/10（火）

2022/05/24（火）

コーチ名

小：小迫

伊：伊東

石：石川

青：青山

福：福森

吉：吉光

松：松尾

木：木下

西：西田

茅：茅原

湯：湯浅

2026年 夏季ワンポイントレッスン スケジュール（後半）

コート	8/20 (木)					8/21 (金)					8/22 (土)					8/23 (日)						
	時間	クラス	コーチ	定員	メニュー	時間	クラス	コーチ	定員	メニュー	時間	クラス	コーチ	定員	メニュー	時間	クラス	コーチ	定員	メニュー		
1	9:40 10:40	チャレ	松	8	チャレンジテニスB日程	9:40 10:40	チャレ	松	8	チャレンジテニスB日程	8:00	B	茅	10	ゲームの動き(ボレーヤー)	8:00	B	青	10	ストローク体の使い方		
2	9:40	B	湯	8	ボレーフォーム矯正	9:40	B	石	8	ストローク開眼		}	C	松	10		ネットプレー強化	}	C	石	10	コントロールボレー
3	}	C	伊	8	サーブの安定と強化	}	C	木	8	リターン返球率アップ			D	青	10		チャンスボレー		D	福	10	ローボレーの深さコントロール
4	11:00	D	茅	8	ラリーとゲーム形式	11:00	D	茅	8	ドロップボレー	9:20	自主練習D		6		9:20	S B	吉	8	ソフトテニス中級		
キッズ																						
1	11:20 12:20	R(CD)	松	6	ストロークラリー中心	11:20 12:20	R(CD)	石	6	ボレー中心	9:40 10:40	チャレ	松	8	チャレンジテニスB日程	9:40	A	福	8	ボレーの基本		
2	11:20	B	茅	8	ボレー安定	11:20	C	茅	8	St対Vo安定	9:40	B	青	10	Stで回転をかける	}	B	石	10	ストロークラリーの安定		
3	}	C	湯	8	ロブ安定活用	12:40	D	木	8	脱・カミ楽に打てるSt	11:00	D	茅	10	St対Vo 安定		C	青	10	Stクロスコントロール		
4	12:40	D	小	8	アングルボレー	11:20 12:50	WG(CD)	小	6	サーブ側のボレーヤー攻め	9:40 11:10	G(CD)	吉	6	ピンチでの返球		自主練習D		6			
キッズ											10:00 11:00	ビックル ボール	石	6	初心者練習会							
1	13:30	A・B	松	8	クロスラリーの安定	13:30	B	松	8	低い打点でのSt	11:20 12:20	無料体験	吉	8	一般初心者	11:20	B	福	10	ボレー対ストロークラリー		
2	}	C	湯	8	色々なアプローチ	}	C	石	8	平行陣でのゲーム形式	11:20	B	石	10	ボレー基本～安定	}	D	石	10	ゲームの組み立て (Vo)		
3	14:50	D	木	8	ハイボレー	14:50	D	西	8	ボレー前後	}	C	茅	10	ストロークの安定		2面 C	吉	10	ストローク クロスでのコントロール		
4	13:00 15:00	ロング (D)	伊	6	平行陣縦割り	13:30 15:30	ロング (CD)	木	6	Vo対Stラリー ゲーム形式	12:40	D	伊	10	抜かないボレー							
キッズ																						
1	15:10	WG(CD)	木	6	ダブルス連携練習	15:10	WG(CD)	小	6	リターン側のボレーヤー守り	13:00	A	吉	8	ストローク基本	13:00 14:00	無料体験	青	8	一般初心、経験者		
2	}	WG(CD)	小	6	スライスアプローチ	16:40	G(CD)	松	6	リターンゲームの組み立て	}	B	伊	10	ストロークのフォーム矯正							
3	16:40	WG(C)	伊	6	平行陣の基本の動き	15:10 16:30	D	西	8	ロング&ドロップボレー		C	西	10	ローボレー基本							
4						ロングレッスン中(木)						D	松	10	ローボレー、ハーフボレー							
キッズ											14:20											
1											15:00 16:00	無料体験	青	8	一般経験者	14:30	B	石	10	サーブの悩み解決		
2											14:40	B	石	10	安定するストローク	}	C	吉	10	St、バッシング		
3										}	C	松	10	アプローチからボレー	D		福	10	ゲームの動き			
4										16:00	WD	西	8	ゲームでの攻め方	自主練習D		6					
キッズ																						
1	18:00	A	松	8	ボレー安定	18:00 19:00	R(C)	木	6	気持ちよくラリーをしよう！	16:20	B	青	10	Vo対Stラリー安定	16:10	B	福	10	ハイボレー、スマッシュ		
2	}	B	茅	10	Stラリー安定	18:00	B	石	10	Bストローク安定	}	C	吉	10	サーブ回転	}	C	石	10	平行陣の実践		
3		C	木	10	ワイドに決める！スマッシュ	}	C	西	10	ストローク回転		2面 D	伊	10	サーブのフォーム矯正 サーブからラリー		D	青	10	高いボールの処理 (Vo)		
4		19:20	D	伊	10	高い打点のストローク	19:20	D	松	10							サービスダッシュ	16:10 17:10	無料体験	吉	8	ソフトテニス
キッズ																						
1	19:40	A	伊	8	Stの体の使い方	19:40	B	松	10	ローボレー強化	18:00	A	青	8	ストローク安定	18:00	B	青	10	Stラリーを安定させる！		
2	}	B	松	10	高い打点のSt	}	C	石	10	アングルボレー	}	B	松	10	St左右コース打ち	19:20	D	吉	10	St、高い打点打ち込み		
3		C	木	10	切らない！安定ストローク		}	2 D	西	10		Vo対Stラリー＆ゲーム	C	石	10	ストローク強化						
4		21:00	D	茅	10		平行陣の動き	21:00	WD	木		8	並行陣ポジション	D	西	10	クロスボレー、攻撃					
キッズ																						
											19:40	B	石	10	ストローク (回転)							
											}	C	伊	10	サーブに活かせるSt							
												2 D	西	10	Vo対Stラリー＆ゲーム							
												S B	吉	8	ソフトテニス中級							

ショットの略

St… ストローク

F… フォアハンド

B… バックハンド

Vo… ボレー

* スクール生の方がスクール生以外の方と一緒に申し込みの場合、

二重線枠 の一般クラス（A/B/C/D）限定で

1名につきお一人様、双方とも半額で受講できます

（休会中の方もお試し料金の対象となります（ビジターと同じ））

〔注〕紹介半額価格への当日変更は致しません。

必ず、前日までにお伝えください。

* チャレンジテニス3日間はA日程、B日程とも初心者対象のクラスになります。

* チャレンジテニスは3日間での受講となります。1日のみの受講は出来ません。

* スクール生のみでの受講はスクール生料金での受講となります。

スクール生以外のお子さんとの受講の場合はビジター/紹介料金となります。

* 定員8人クラスはコーチ1人でのレッスンとなります。（チャレンジテニス除く）

* ワンポイントレッスン期間中は託児はお休みさせていただきます。

* ラリークラスは、テーマに沿ったラリーを楽しむクラスです。（アドバイスあり）

* 自主練クラスは、皆さんで練習するクラスです。お一人の場合はサーブ練習とさせていただきます。

* **キャンセルは前日までとさせて頂き、当日キャンセルは全額頂きます。**

ショットの略	
St…	ストローク
F…	フォアハンド
B…	バックハンド
Vo…	ボレー