

2026年 春季ワンポイントレッスン スケジュール

コート	4/29 (水祝)					4/30 (木)					5/2 (土)					5/3 (日)					5/4 (月祝)				
	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	時間	クラス	コーチ	定員	メニュー
1	9:30 10:30	初心者	小		体験レッスン	9:40	B	湯	8	ハイボレー安定	9:20 10:30	JB	木	8	ラリー50回チャレンジ	9:20 10:30	JA	松	8	ストローク強化	9:30	初心者	小		体験レッスン
2	9:20	B	青	10	Stを安定させる		C	茅	8	ボレー安定	9:20	B	松	10	ローボレー基本	9:20 10:20	A	福	8	ストローク基本	10:30	経験者	福		体験レッスン
3	10:40	C	石	10	コントロールボレー	11:00	D	小	8	スライスサーブ		C	福	10	ハイボレー強化	9:20	B	吉	10	ボレーコース打ち	9:20 10:40	C	青	10	Stコース打ち
4	10:00 12:00	ロング CD	吉	6	ボレーコース打ち	10:00 12:00	ロング CD	松	6	ストローク強化	10:40	D	茅	10	ゲームの動き(平行陣)	10:40	C	伊	10	ストローク強化	10:00 12:00	ロング CD	木	6	平行陣ポジション練習
キッズ																									
1	11:00 12:00	A	石	8	ストローク基本	11:20	B	茅	8	ラリー安定	11:00 12:10	JB	松	8	Stとサーブ強化	11:00	B	青	10	Bストローク基本	11:00	B	青	10	ボレー基本
2	11:00	C	木	10	ネットプレー基礎		C	湯	8	St高い打点	11:00	B	木	10	ネットミス減らす Fストローク		C	福	10	ローボレー強化		C	福	10	アプローチ、ボレー
3	12:20	D	伊	10	Bハイボレー	12:40	D	石	8	ゲーム形式で実践		C	茅	10	Vo対St強化	12:20	D	木	10	安定リターン練習	12:20	D	吉	10	高い打点打ち込み
4											12:20	D	伊	10	ストロークの姿勢	11:00 13:00	ロング CD	吉	6	Stコース打ち					
キッズ																									
1	12:40 13:40	経験者	伊		体験レッスン	13:30 14:30	A	松	8	ストローク基本	12:40	初心者	石		体験レッスン	12:40	ジュニア	松		体験レッスン	12:40 13:40	A	木	8	Bストロークのコツ
2	12:40	B	青	10	ボレー基本	13:30	B	石	8	ボレーの安定	13:40	経験者	伊		体験レッスン	13:40	初心者	青		体験レッスン	12:40	B	吉	10	Stコース打ち
3		C	吉	10	Stパッシング		C	湯	8	チャンスボレー	12:40	B	松	10	ミドルボレー基本	12:40 14:10	WG (D)	伊	6	ロブカバーの動き		C	西	10	ローボレー基本
4	14:00	D	湯	10	サーブ強化	14:50	D	木	8	多彩なスライスショット	14:00	C	福	10	St(ライジング)						14:00	D	小	10	スマッシュ
キッズ																									
1	14:00 15:30	WG (D)	小	6	平行陣守り	15:00	WG (D)	小	6	平行陣攻め	14:20 15:20	A	石	8	ストローク安定	14:20	B	青	10	Bボレー基本	14:20	ジュニア	青		体験レッスン
2	14:20	B	伊	10	ストローク基本	16:30	G(D)	木	6	攻めのネットプレー	14:20	B	木	10	苦手克服 Bストローク		C	木	10	脱力Fストローク		初心者	福		体験レッスン
3		C	石	10	平行陣の実践						15:40	C	西	10	ストローク強化	15:40	D	西	10	ドロップ、ストップ	15:20	経験者	小		体験レッスン
4	15:40	D	木	10	安定Bストローク						15:40	D	湯	10	対ボレーのSt	14:20 15:50	G (BC)	松	6	平行陣のポジション	14:20 15:40	D	西	10	チャンスボレー
キッズ																									
1	16:00	ジュニア	青		体験レッスン	17:00	JB	茅	8	たくさん動いて打つ	16:00	B	石	10	Stラリーの安定	16:00	B	木	10	Voコントロールのコツ	15:40	B	木	10	Voコース打ち分け
2	17:00	初心者	小		体験レッスン	18:10	JC	松	8	ストローク強化		C	湯	10	アプローチ		C	伊	10	リターンのスプリット	17:00	D	吉	10	平行陣 左右ポジション
3	16:00 17:20	C	湯	10	アングルボレー					17:20	D	福	10	スライスサーブ	17:20	D	吉	10	スマッシュ コントロール	16:00 18:00	ロング CD	福	6	ゲームの動き (高いボール処理)	
4	16:00 17:30	S(D)	木	6	前に出て決める					16:00 17:30	G(D)	伊	6	サービスゲーム強化	16:00 17:30	G(D)	福	6	クロス(アングル)	16:00 17:30	WG (C)	小	6	ローボレー	
キッズ																									
1	17:40	B	石	10	サーブの悩み解決	18:20 19:20	A	木	8	Fストロークのコツ	17:40 19:10	S(D)	木	6	チャンスボールで攻める	17:40	B	福	10	Stラリー安定	17:20	C	木	10	ネットプレー基礎
2		C	青	10	Stコントロール	18:20	B	茅	10	ボレー安定	17:40	B	福	10	ボレーラリー安定		C	西	10	ボレー対ストローク	18:40	D	西	10	アングル・センターVo
3	19:00	D	湯	10	Vo前後コントロール		C	石	10	ローボレー強化		C	松	10	Stコース打ち	19:00	D	松	10	アプローチ、ボレー					
4	17:40 18:40	ソフト	吉		体験レッスン	19:40	D	湯	10	予測力を向上	19:00	D	西	10	ボレー前後	17:40 18:40	ソフト	吉		体験レッスン	17:40 18:40	ソフト	青		体験レッスン
キッズ																									
1	19:20 20:20	R(B)	木	6	ラリー100回チャレンジ	19:50	EG	松	8	エンジョイゲーム	19:20 20:20	A	湯	8	ボレー基本	19:20	B	青	10	ボレーコース打ち	19:00 20:00	R(B)	木	6	つながるVo&St
2	19:20	B	吉	10	サーブ回転		B	石	10	Bストローク安定	19:20	B	石	10	ストローク開眼		C	木	10	ミス減らすスマッシュ	19:00	B	吉	10	チャンスボレー
3		C	湯	10	スマッシュ安定		C	湯	10	Stスライスショット		C	伊	10	回転系サーブ	20:40	D	伊	10	ドライブボレー		C	西	10	ボレー対St
4	20:40	D	伊	10	Voでのスプリット	21:10	D	木	10	ポジション チェンジ練習	20:40	2D	西	10	2日間レッスン	ボレーからのゲーム					20:20	D	青	10	ボレーヤーへのSt
キッズ																									

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

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

レッスン種別	受講料金
一般 (B/C/D) 1時間20分	¥3,500
一般 2日間Dクラス 1時間20分	¥5,500
一般ロングレッスン 2時間	¥5,500
ゲーム (G/WG) 1時間30分	¥4,000
シングルス (S) 1時間30分	¥4,000
エンジョイゲーム (EG) 1時間20分	¥2,500
ラリークラス (ラリーのみ行います) 1時間	¥2,500
一般 Aクラス 1時間	¥2,500
ジュニア 1時間10分	¥2,200

申し込みは **4/28まで** **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

- * 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、**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 (ピンターと同じ))
- * **一般2日間Dクラスは2日間受講となります。1日のお申し込みは出来ません。**
- * ジュニアクラスはスクール生以外の方と一緒に受講で半額となります。スクール生以外の方は無料でご受講となります。
- * 基本キャンセルは前日までとさせていただきます。
- * 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。
- * エンジョイゲームは受講レベル無く、皆さんでゲームを楽しむクラスです。
- * 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。

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)