



2018年 3月期～ 時間割



※都合より変更になる場合がございます。

曜日	コース	1	2	3	4	5	6	7	8
	時間/コート	10:00-11:30	11:40-13:10	14:00-15:30	16:00-17:00	17:00-18:00	18:05-19:35	19:40-21:10	
月	1コート	青山LD <small>青山(11:40まで)</small>	青山C <small>青山(13:20まで)</small>		JA 東野	JC 高津	強化 高津	DE 高津	
	2コート	C 高津	AB 高津			JB 東野	JD 東野	AB 東野	
火	1コート	C 東後	LD 東後	LC 清水		JC 東後	JD 東後	AB 清水	
	2コート	B 清水	LC 三室			JA 清水	JT 清水	CD 東後	
水	1コート	LD 清水	D 東後			JC 高津	強化育成 高津	AB 清水	
	2コート	B 東後	AB 木村		JA 木村	JB 清水	B 木村	C 高津	
木	1コート	C 木村	LD 木村		JA 木村	JB 高津	強化育成 高津	BC 福田	
	2コート	AB 高津	C 高津			JC 木村	JD 青山	CD 青山	
金	1コート	D 東後				JC 清水	JT 東後	DE 東後	
	2コート	LD 清水				JA 古橋	JD 清水	C 清水	

土	時間	9:30-11:00	11:10-12:40	12:50-14:20	14:25-15:25	15:30-17:00	17:05-18:05	18:10-19:40	19:40-21:10
	1コート	C 東後	AB 三室	BC 三室	JC 東野	CD 高津	JB 高津	強化育成 高津	強化練習
日	時間	9:30-11:00	11:40-13:10	13:20-14:20	14:25-15:25	15:30-17:00	17:05-18:05	18:10-19:40	19:40-21:10
	2コート	D 清水	DE 東後	JB 清水	JA 清水	AB 清水	JC 清水	JT 東野	BC 東野

日	時間	9:30-11:00	11:10-12:40	12:50-14:20					
	1コート	D 高津	E 高津	BC 高津					
日	2コート	C 新村	AB 清水	JD 新村					

※コーチ及びスケジュールは都合により変更する場合があります。

一般コース (中学生以上対象)

レベル	内容	
A	初級1	初めての方対象。ラケットの持ち方から、基本的なショットを身に付け、打ち合いや簡単なゲームができるように練習する。
B	初級2	基本的なショットを身に付け、打ち合いや簡単なゲームができるように練習する。
C	初中級	ダブルスゲーム中に雁行陣という陣形でプレー出来るように考え方を学びながら、動き方や必要な技術を練習する。
D	中級	ダブルスゲーム中に並行陣という陣形でプレー出来るように考え方を学びながら、動き方や必要な技術を練習する。
E	上級	ダブルスゲーム中にありえる状況下で反応・判断を磨き、あらゆる考え方・ショットを使いプレーできるように練習する。
LC	女性初中級	女子ダブルスのゲームの中で、試合に勝つために必要なショット、動きを練習する。試合に出始めた方対象。
LD	女性中級	女子ダブルスのゲームの中で、試合に勝つために必要なショット、動きを練習する。

キッズ・ジュニアコース(小学生・中学生・高校生対象)

レベル	対象	内容
JA	ジュニア初級1	5歳～小学生
JB	ジュニア初級2	小学生高学年もしくはJ A 卒業者
JC	ジュニア初中級	J B 卒業者
JD	ジュニア中級	J C 卒業者
JT	ジュニアトーナメント	J D 卒業者
強化・育成		J C 以上、厳しい練習に耐えられる者