

# 春野インドアテニスステージ・スクールレッスンクラス表 (2026年7月)

一般クラス			ジュニアクラス		
初心者	50分	テニス未経験の方	Team 1	60分	小学生 (初心~初中級)
初級	90分	経験はあるがラリーに不安のある方	Team 2	60分	小学生 (中級~)
中級	90分	ラリーに安定感があり、ゲームで活きるテクニックを習得したい方	ソフトA	60分	小5~中3迄
中上級	90分	ゲーム経験があり一通りの技術を習得している方	ソフトB	90分	小5~中3迄
上級	90分	ゲームの中でレベルアップしたい方			

コート番号	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		
	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	
9:20~ 10:50	中上級		中級	中上級	中級/中上級		初級/中級		ゆったり 初級	中級	
11:00~ 12:30	初級/中級		ゆったり 初級	レディース	初級	中級	中級	中上級	初級	中上級	
12:40~ 14:10			中級	中上級	中上級	レディース	中級	中上級	中級	中上級	
14:20~ 15:50							レディース		ショット別 14:30~		
16:00~ 17:00								ショット別		ゆえつ 60分	
17:30~ 18:30			Team1 / Team2		Team1 / Team2		Team1 / Team2		Team1 / Team2		
18:30~ 19:30					ソフトA		ソフトA		ソフトA		
19:40~ 21:10	初級	中級	初心者 50分	中級	ソフトB	中上級	中級	ソフトB			
21:20~ 22:50	中級	中上級	ハード 初級	中上級 /上級	中級/中上級		中上級/上級				

コート番号	土曜日		日曜日	
	1	2	1	2
7:20~ 8:50	中上級	上級	中上級/上級	
9:00~ 10:30	初級	中級	初級	中級
10:40~ 12:10	初級	中上級	中級	中上級
12:20~ 13:50	中級	シングルス 中上級/上級	中級	上級
14:00~ 15:30	初心者 50分		ソフトB	
16:00~ 17:00				
17:10~ 18:10	Team1 / Team2		Team1 / Team2	
18:10~ 19:10	ソフトA		ソフトA	
19:20~ 20:50	ソフトB	初級	ソフトB	中級/ 中上級
21:00~ 22:30	中級/中上級			

☆上表の、各クラス案内

レディース	中級以上の女性限定クラス	シングルス	シングルス練習クラス
Team1	小学生対象。各種ボール(ソフト・レッド・オレンジ・グリーン・イエロー)を使用し、テニスのショット・ゲームの仕方の習得を目指す。	ゆえつクラス	60歳以上のゆったりクラス(グリーン・オレンジボール使用)
Team2	小学生対象。各種ボールでより高度なゲーム性の習得を目指す。	体験会	常設で週ごとに種類の違う体験会を行う。 会員の振替で紹介者が受講可能(日程や詳細はホームページ等でご確認下さい)
ゆったり	運動量を落として、ゆっくり上達を目指すクラス	ショット別 (60分間)	各ショット(サーブ・スマッシュ・ストローク・ボレー)のボール出し専用クラス。 ※開講テーマ・スケジュールは別紙で発表
ハード	運動量の多さを意識したクラス		