

春野インドアテニスステージ・スクールレッスンスクラス表 (2026年9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			

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日	
コート番号	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～ 60分	
16:00～ 17:00							ショット別 60分		初心者 50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		ソフトA	
19:40～ 21:10			ソフトB	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	

	土曜日		日曜日	
コート番号	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	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
Team 1	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	ハード	運動量の多さを意識したクラス
Team 2	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	シングルス	シングルス練習クラス
ソフト A	小中学生（初心～初級者）対象。硬式テニスからのスイッチを含むソフトテニスの初心者、初級者のためのクラス	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
ソフト B	小中学生（中級者～）対象。ゲームベースドアプローチのレッスンで試合に勝ち、各自のステージアップを目指す		