


テニスクラブ アクトス 芥見 バラエティレッスン スケジュール クラブ会員様対象

- ・定員は各クラス8名です。(8名以外の場合はその旨お知らせいたします)
- ・別紙「バラエティレッスン予約の手順」をご確認の上、希望クラスをご予約ください。
- ・レッスンのご予約は1週間前から可能です。キャンセルはレッスン開始30分前までとなっております。
- ・レッスン時間内に準備運動はございません。ご自身で準備運動を行ってからご参加ください。
- ・都合によりレッスンや担当コーチが変更となる場合がございます。あらかじめご了承ください。

- ・都合により期(3か月間)の途中でレッスン内容等が変更になる場合がございます。
 - ・レッスン開始時間は曜日によって異なります。ご確認の上ご予約ください。
 - ・その他詳細は「バラエティレッスン概要」をご確認ください。
- ※  マークのあるクラスは初級・中級の方のみ受講可能です。



※2026年6月～

 新設クラス・変更箇所

 閉校クラス

月		11:30~12:00 川出(Aコート) ゲーム形式	12:05~12:35 川出(Aコート) ゲーム形式					19:55~20:25 山崎(Cコート) ラリー練習 (ボレーメイン)	20:30~21:00 山崎(Cコート) サーブ&リターン	21:05~21:35 山崎(Cコート) ゲーム形式	
火	10:10~10:40 杉(Cコート) ストローク練習	10:45~11:15 杉(Cコート) ボレー練習	11:20~11:50 杉(Cコート) ネットプレー練習	11:55~12:25 杉(Cコート) ゲーム形式				18:50~19:20 岸野(Cコート) ボレー練習	19:25~19:55 岸野(Cコート) サーブ&リターン	20:00~20:30 岸野(Cコート) ストローク練習	20:35~21:05 岸野(Cコート) ボレー練習
水				13:15~13:45 瀧本(Aコート) ボレー練習	13:50~14:20 瀧本(Aコート) ゲーム形式	14:25~14:55 瀧本(Aコート) ゲーム形式		19:05~19:35 杉(Cコート) ラリー練習	19:40~20:10 杉(Cコート) サーブ&リターン	21:40~22:10 杉(Cコート) ネットプレー練習	22:15~22:45 杉(Cコート) ゲーム形式
								19:05~19:35 瀧本(Bコート)  ダブルス基本練習	19:40~20:10 瀧本(Bコート)  ゲーム形式		
金		11:30~12:00 瀧本(Bコート) ラリー練習 (ボレーメイン)	12:05~12:35 瀧本(Bコート) ゲーム形式					19:45~20:15 山崎(Cコート) ラリー練習 (ボレーメイン)	20:20~20:50 山崎(Cコート) サーブ&リターン	20:55~21:25 山崎(Cコート) ゲーム形式	
土	10:15~10:45 山崎(Cコート) ストローク練習	10:50~11:20 山崎(Cコート) ボレー練習	11:30~12:00 杉(Cコート) サーブ&リターン	12:05~12:35 杉(Cコート) ゲーム形式							
日				12:55~13:25 瀧本(Aコート)  ラリー練習	13:30~14:00 瀧本(Aコート)  ゲーム形式						