

# レッスンタイムテーブル

## 2023年 8月期 アダルト プログラム

TTCコーチはお客様の到達にコミットしテニスをする楽しさやそれを分かち合う仲間づくりのサポートを本気でいたします

	月					火					水				
9:00 ~10:30	市川 3D	JASON 5D		稲葉 5-6W	OUT	市川 1D	折笠 4D		6:00-7:30 古澤 5-6W	OUT	里見 3D	佐藤 4D			OUT
10:40 ~12:10	小林 はじめて	市川 1D	土屋 2D	JASON 3D		折笠 1D	大石 3D	市川 4DL	里見 4D		里見 2D	JASON 3D	佐藤 5D	碓谷 6D	檜木 5DLロング
12:40 ~14:10	JASON 1D	土屋 3D	折笠 4DL	碓谷 5DL		大竹山 2D	倉持 4D	市川 4SLプラス			倉持 2D	JASON 3D	碓谷 4DL	古谷 シニア	
14:20 ~15:50	松田玲 2D	JASON 3DL	大竹山 4D	牛島 5D		大石 2D	里見 4D	倉持 5D	碓谷 6DL		稲葉 3D	JASON 3D	倉持 5D	碓谷 6D	
20:10 ~21:40						古谷 3D	碓谷 4D	古中 5D			古中 2D	古谷 3D	小林 6Dプラス		
21:50 ~23:20						古中 4D	古谷 5D	佐々木 5D	碓谷 5D		古中 2D				

	木					金				
9:00 ~10:30	古澤 3D	小野崎 3D	JASON 4D		OUT	大石 3D	折笠 3D			OUT
10:40 ~12:10	里見 1D	倉持 3D	JASON 4D	小野崎 4DL		JASON 1D	倉持 3D	長塚 3D	樽木 4DL	
12:40 ~14:10	市川 2D	古谷 3D	倉持 4D	JASON 6D		JASON 2D	倉持 3D	折笠 3D	碓谷 4DL	
14:20 ~15:50	大竹山 3D	里見 4D				松田玲 3D	倉持 4D	牛島 4D		
20:10 ~21:40	市川 3D	古谷 4D	牛島 5Dプラス			松田玲 1D	牛島 3D	碓谷 4D		
21:50 ~23:20	古谷 3Sプラス		牛島 5Dプラス							

表記	定員	内容
D ダブルス	8名	ダブルスに必要な技術・戦術を練習します
S シングルス	8名	シングルスに必要な技術・戦術を練習します
W 車いす	6名	車いすテニスに必要なウェアワーク・技術・戦術を練習します
はじめて	8名	初めてテニスされる方を対象にロープレッシャーボールで練習します
シニア	8名	シニアの方を対象にゆったりとテニスを楽します

※ Lの表記は女性限定クラスです  
 ※ プラスの表記は2面使用のクラスです  
 ※ ロングの表記は105分のクラスです

	土							日						
				7:00-8:30 市川 5-6W	OUT	OUT							OUT	OUT
10:10 ~11:40	里見 3D	折笠 4D	佐藤 5D	古中 6D	吉田 4D	倉持 1-2W	関根 4D	折笠 4D	長塚 5D	牛島 6D	JASON 5D	市川 1-2W		
11:50 ~13:20	里見 2D	松田玲 3D	市川 4D	檜木 5D	折笠 5Sプラス		折笠 2D	関根 3D	佐々木 4D	JASON 4D	古澤 1-2W	佐藤 3-4W		
13:30 ~15:00	佐藤 3D	里見 4D	牛島 5D		古谷 3D	倉持 3-4W	里見 1D	市川 2D	佐藤 4D	牛島 5D	松田玲 4Sプラス			
15:10 ~16:40	古谷 1D	小林 3D	折笠 4D		古中 4S	倉持 3-4W	関根 3D	佐々木 4D	折笠 4DL	JASON 5D	牛島 6Sプラス			
20:10 ~21:40	牛島 1D	碓谷 3D	古谷 4D								16:50- 佐藤 5-6W			

レベル	
上級	6
	5
中級	4
	3
初級	2
初心	1

#### 変更・新設のご案内

下線が引かれてある  
 コーチやクラスは  
 変更もしくは新設です

# レッスンタイムテーブル

## 2023年 9月期 アダルト プログラム

TTCコーチはお客様の到達にコミットしテニスをする楽しさやそれを分かち合う仲間づくりのサポートを本気で行います

	月					火					水				
9:00 ~10:30	市川 3D	JASON 5D		稲葉 5-6W	OUT	市川 1D	折笠 4D		6:00-7:30 古澤 5-6W	OUT	里見 3D	佐藤 4D			OUT
10:40 ~12:10	小林 はじめて	市川 1D	土屋 2D	JASON 3D		折笠 1D	大石 3D	市川 4DL	里見 4D	檀本 4DLロング	里見 2D	JASON 3D	佐藤 5D	碓谷 6D	樽木 5DLロング
12:40 ~14:10	小林 はじめて	土屋 3D	折笠 4DL	碓谷 5DL		大竹山 2D	倉持 4D	市川 4SLプラス			倉持 2D	JASON 3D	碓谷 4DL	古谷 シニア	
14:20 ~15:50	松田玲 2D	JASON 3DL	大竹山 4D	牛島 5D		大石 2D	里見 4D	倉持 5D	碓谷 6DL		稲葉 3D	JASON 3D	倉持 5D	碓谷 6D	
20:10 ~21:40						古谷 3D	碓谷 4D	古中 5D			古中 2D	古谷 3D	小林 6Dプラス		
21:50 ~23:20						古中 4D	古谷 5D	佐々木 5D	碓谷 5D		古中 2D				

	木					金				
9:00 ~10:30	古澤 3D	小野崎 3D	JASON 4D		OUT	大石 3D	折笠 3D			OUT
10:40 ~12:10	里見 1D	倉持 3D	JASON 4D	小野崎 4DL		JASON 1D	倉持 3D	長塚 3D	樽木 4DL	
12:40 ~14:10	市川 2D	古谷 3D	倉持 4D	JASON 6D		JASON 2D	倉持 3D	折笠 3D	碓谷 4DL	
14:20 ~15:50	大竹山 3D	里見 4D				松田玲 3D	倉持 4D	牛島 4D		
20:10 ~21:40	市川 3D	古谷 4D	牛島 5Dプラス			松田玲 1D	牛島 3D	碓谷 4D		
21:50 ~23:20	古谷 3Sプラス		牛島 5Dプラス							

表記	定員	内容
D ダブルス	8名	ダブルスに必要な 技術・戦術を練習します
S シングルス	8名	シングルスに必要な 技術・戦術を練習します
W 車いす	6名	車いすテニスに必要な ウェアワーク・技術・戦術 を練習します
はじめて	8名	初めてテニスされる方を 対象にロープレッシャー ボールで練習します
シニア	8名	シニアの方を対象に ゆったりとテニスを 楽しみます

※ Lの表記は女性限定クラスです  
 ※ プラスの表記は2面使用のクラスです  
 ※ ロングの表記は105分のクラスです

	土						日					
				7:00-8:30 市川 5-6W	OUT	OUT					OUT	OUT
10:10 ~11:40	里見 3D	折笠 4D	佐藤 5D	古中 6D	吉田 4D	倉持 1-2W	関根 4D	折笠 4D	長塚 5D	牛島 6D	JASON 5D	市川 1-2W
11:50 ~13:20	里見 2D	松田玲 3D	市川 4D	樽木 5D	折笠 5Sプラス		折笠 2D	関根 3D	松田玲 4D	JASON 4D	古澤 1-2W	佐藤 3-4W
13:30 ~15:00	佐藤 3D	里見 4D	牛島 5D		古谷 3D	倉持 3-4W	里見 1D	市川 2D	佐藤 4D	牛島 5D	松田玲 4Sプラス	
15:10 ~16:40	古谷 1D	小林 3D	折笠 4D		古中 4S	倉持 3-4W	関根 3D	古虫 4D	折笠 4DL	JASON 5D	牛島 6Sプラス	
20:10 ~21:40	牛島 1D	碓谷 3D	古谷 4D								16:50- 佐藤 5-6W	

レベル	
上級	6
	5
中級	4
	3
初級	2
初心	1

**変更・新設のご案内**  
 下線が引いてある  
 コーチやクラスは  
 変更もしくは新設です