

# レッスンタイムテーブル

## 2024年 3月期 アダルト プログラム

TTCコーチはお客様の上達にコミットして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を行います

	月					火					水				
9:00 ~10:30	市川 3D	JASON 5D		稲葉 5-6W	OUT	市川 1D	折笠 4D			OUT	里見 3D	佐藤 4D			OUT
10:40 ~12:10	市川 1D	土屋 2D	JASON 3D	牛島 4D		折笠 1D	大石 3D	市川 4DL	里見 4D	樗木 4DLロング	里見 2D	JASON 3D	佐藤 5D	松田祐 6D	樗木 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	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	谷田 5D		古中 2D				

	木					金				
9:00 ~10:30	松田祐 3D	小野崎 3D	JASON 4D	6:00-7:30 谷田 5-6W	OUT	大石 3D	折笠 3D			OUT
10:40 ~12:10	谷田 1D	倉持 3D	JASON 4D	小野崎 4DL		JASON 1D	倉持 3D	長塚 3D	樗木 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	小林 はじめて	大竹山 3D	JASON 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	佐々木 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	樗木 5D	折笠 5Sプラス		折笠 2D	関根 3D	松田祐 4D	JASON 4D	松田玲 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	古中 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

# レッスンタイムテーブル

## 2024年 4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	谷田 5D		稲葉 5-6W	OUT	市川 1D	折笠 4D			OUT	里見 3D	佐藤 4D			OUT
10:40 ~12:10	市川 1D	土屋 2D	釜井 3D	牛島 4D		折笠 1D	大石 3D	市川 4DL	里見 4D	樽木 4DLロング	里見 2D	小林 3D	佐藤 5D	松田祐 6D	樽木 5DLロング
12:40 ~14:10	生島 はじめて	土屋 3D	折笠 4DL	碓谷 5DL		里見 2D	倉持 4D	市川 4SLプラス			倉持 2D	松田祐 3D	碓谷 4DL	古谷 シニア	
14:20 ~15:50	松田玲 2D	樽木 3DL	古虫 4D	谷田 5D		大石 2D	里見 4D	倉持 5D	碓谷 6DL		稲葉 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	谷田 5D		古中 2D				

	木					金				
9:00 ~10:30	松田祐 3D	小野崎 3D	釜井 4D	6:00-7:30 谷田 5-6W	OUT	大石 3D	折笠 3D			OUT
10:40 ~12:10	谷田 1D	倉持 3D	釜井 4D	小野崎 4DL		釜井 1D	倉持 3D	長塚 3D	樽木 4DL	
12:40 ~14:10	市川 2D	古谷 3D	倉持 4D	小野崎 6D		釜井 2D	倉持 3D	折笠 3D	碓谷 4DL	
14:20 ~15:50	小林 はじめて	谷田 3D	釜井 4D			松田玲 3D	倉持 4D	牛島 4D		
20:10 ~21:40	<del>市川 3D</del>	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・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	佐々木 4D	倉持 1-2W	関根 4D	折笠 4D	長塚 5D	牛島 6D	釜井 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	松田祐 4D	釜井 4D	松田玲 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	古中 4D	折笠 4DL	釜井 5D	谷田 6Sプラス	
20:10 ~21:40	牛島 1D	碓谷 3D	<del>古谷 4D</del>								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