



ビッグポンド インドア硬式テニススクール



- 【対象年齢】 小学生以上（但し、18才以下の場合は保護者の承認が必要です。）
- 【クラスの選択】 月・火曜日でご都合の良い時間帯をお選びください。
（レベルの選択は、コーチでさせていただきます。）
- 【レッスン】 年12期 1期4回制
1回90分授業になります。（Jrクラス、ショットクラスは60分）
- 【費用】 年会費 5,000円（1年に1回お支払いいただきます）
一般・JLクラス 6,500円
プレイクラス 8,500円
ショットクラス 4,500円（一般・プレイクラス受講の方対象）
ジュニアクラス 4,000円
- 【定員】 12名（プレイクラスは8名）

タイムテーブル 及び クラス編成

<タイムテーブル>

時間	1コート	2コート	3コート
① 9:30~11:00	B	A	M
② 11:10~12:40	B	A	M
③ 13:15~14:45		A	M
14:45~15:45			S
④ 15:00~16:30	P		
⑤ 16:00~17:00		Jr	
⑥ 16:50~17:50		Jr	
⑦ 17:50~19:20	JL		A
⑧ 19:20~20:50	B	A	M

16:50から1コートで全3クラスの
体操を行ないます。

○コートのフリータイムについて

11:00~11:10 12:40~13:15 15:45~16:00（2面） 16:30~16:50（1面）の時間はスクール生は自由にコートが使えます。
※フリーコート利用中の事故については責任を負いかねますので御了承下さい。
※コーチの指示に従って練習してください。

<クラス編成>

【一般クラス】

- B（ベーシック・基礎） ラケットの握り方・振り方・打ち方を指導します。
A（アドバンス・初級） 各ショットの安定、ゲームでの動き方を指導します。
M（ミドル・中級） 各ショットの応用、ゲームでの活用法を指導します。

【プレイクラス】

P 試合の為の練習をして、レッスン後半の時間を使いゲームをします。

【ショットクラス】（一般・プレイクラス受講の方対象）

S 月・火曜日でテーマを決めて1つのショットを重点的に練習します。

【ジュニアクラス】

- Jr（小学生対象） テニスの楽しさを体験し、体力作りや礼儀、マナーを身に付けます。
JL（小・中学生）
※挨拶・礼儀・集団行動におけるマナーについては指導することもございます。



お申し込み・お問い合わせ
堺市家原大池体育館
電話：072-271-1718

