

# ビッグポンド インドアテニススクール

(日焼けなし、冷暖房完備)

【主催】 財団法人 堺市教育スポーツ振興事業団  
【指導】 株式会社 エム・エス・テニスカレッジ

- 【対象年齢】 5歳以上(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・火曜日のいずれかの曜日で、ご都合の良い時間をお選び下さい。  
(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。(一部60分)
- 【費用】
- |                |        |                   |
|----------------|--------|-------------------|
| 教材費            | 5,000円 | (1年に1回お支払いいただきます) |
| 一般・JL(ジュニアロング) | 6,500円 |                   |
| ブレイクラス         | 8,500円 |                   |
| ショットクラス        | 4,500円 | (一般・プレイ受講の方対象)    |
| キッズ・ジュニアクラス    | 4,000円 | (キッズは教材費不要)       |
- 【定員】 12名(ブレイクラスは8名)

## タイムスケジュール 及び クラス編成

時間	1コート	2コート	3コート
9:30~11:00	B	A	M
11:10~12:40	B	A	M
13:15~14:45	B	A	M
14:45~15:45	P	S	K
16:00~17:00	(プレイは16:15) Jr		
16:50~17:50	Jr		
17:50~19:20	JL	B	A
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) 16:15~16:50(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。

### 【一般クラス】

B(ベーシック) 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) 各ショットの安定、ゲームの動き方を指導します。  
M(ミドル) 各ショットの応用、ゲームでの活用を指導します。

### 【ブレイクラス】

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・プレイ受講の方対象)

S 月・火曜日でテーマを変えて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) (JL・・・小学生~中学生対象)

Jr(ジュニア) テニスの楽しさを体験し、テニスを通じ体力作りやマナーを身に付けます。  
JL(ジュニアロング) テニスの楽しさを体験し、テニスを通じ体力作りやマナーを身に付けます。  
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。

### 【キッズクラス】 (4月1日現在5歳以上の子ども対象)

K ラケットとボールを使い、スポーツの楽しさを体験し運動能力の発達を目指します。

お申し込み・お問い合わせ

堺市家原大池体育館

072-(271)-1718