


オールサムズ鎌ヶ谷 テニススクール週間スケジュール表 (2022年1月期より)

月	火	水	木		金	土	日			
	9:30~10:30 さわやか 関	9:00~10:00 さわやか 大沼	9:00~10:00 さわやか 齋藤		9:20~10:20 さわやか 関	8:50~10:00 ステップ 齋藤	8:50~10:10 トゥモロー 齋藤			
10:00~11:00 フレッシュ 齋藤	10:40~12:00 トゥモロー 関	10:10~11:30 トゥモロー 大沼	10:10~11:20 ステップ 齋藤	9:30~11:00 SS隊 中里 女子①さらに レベルアップを	10:00~11:20 トゥモロー 磐長谷	10:30~12:00 しごき隊 関 基本技術練~ ①練	12:40~14:00 トゥモロー 齋藤	10:20~11:30 ステップ 大沼		
11:10~12:20 ステップ 齋藤		11:50~13:00 ステップ 大沼	11:30~12:30 フレッシュ 齋藤	11:30~12:50 PS隊 中里 女子①の 基本を学ぼう	11:30~13:00 しごき隊 磐長谷 ①実践練		14:00~15:00 フレッシュ 横川	13:50~15:20 しごき隊 磐長谷 男子限定① 強化練	14:10~15:30 PS隊 齋藤 基本技術練~ ③練	14:30~16:00 しごき隊 磐長谷 ①実践練
12:40~14:00 PS隊 齋藤 基本技術練~ ①練			13:30~14:50 トゥモロー 齋藤	14:00~15:30 しごき隊 中里 女子①もっと 勝てるように	14:00~15:20 PS隊 磐長谷 基本練~①練	14:00~15:20 PS隊 磐長谷 基本練~①練	15:00~16:20 PS隊 齋藤 基本技術練~ ①練	15:30~16:40 ステップ 磐長谷	15:40~16:50 ステップ 齋藤	16:00~17:00 フレッシュ 大沼
15:00~16:10 ステップ 齋藤	14:20~15:40 PS隊 中里 女子①の 基本を学ぼう	こちらは 鎌ヶ谷 です!					15:20~16:30 ステップ 齋藤	16:20~17:50 しごき隊 横川 ③展開練~ 実戦練	<div data-bbox="1691 1125 1960 1284" data-label="Text"> <p>担当コーチは予告なく変更になることもあります。</p> </div> <div data-bbox="1601 1324 1758 1460" data-label="Image"> </div>	
19:30~20:50 PS隊 大沼 ③展開練				19:30~20:50 トゥモロー 齋藤	19:30~20:40 ステップ 齋藤	18:00~19:20 PS隊 横川 基本技術練~ ①練	18:20~19:30 とことん 打ち込み練 大沼			

オールサムズ船橋 テニススクール週間スケジュール表 (2022年1月期より)

月	火	水	木	金	土	日			
10:00~11:10 ステップ 横川	こちらは 船橋 です！			10:00~11:10 ステップ 磐長谷	9:00~10:30 しごき隊 大沼 ①展開練& ポイント練	9:00~10:20 トゥモロー 磐長谷	9:00~10:30 しごき隊 横川 ③展開練~ 実践練	9:00~10:20 トゥモロー 磐長谷	
11:20~12:50 しごき隊 横川 基本技術練~ ①練	11:00~12:10 ステップ とも	11:00~12:20 PS隊 横川 基本技術練~ ①練	11:00~12:20 トゥモロー 大沼	11:20~12:40 トゥモロー 磐長谷	11:00~12:20 PS隊 とも 基本練~①練	10:50~11:50 さわやか 大沼	10:30~11:40 ステップ 磐長谷	10:40~11:40 さわやか 横川	10:30~11:40 ステップ 磐長谷
14:00~15:20 PS隊 横川 基本技術練~ ①練	12:20~13:20 フレッシュ とも	13:00~14:20 トゥモロー 横川	12:30~13:30 フレッシュ 大沼	13:00~14:30 しごき隊 とも ①展開練& ゲーム練	12:00~13:30 しごき隊 大沼 コントロールショット・ポジショニング ①強化		11:50~13:10 トゥモロー 横川		
	14:20~15:40 PS隊 磐長谷 基本練~①練	13:30~15:00 しごき隊 とも ラリー練~③ポイ ント、ゲーム練	13:40~14:40 さわやか 大沼	担当コーチは 予告なく変更 になることも あります。 		13:30~15:00 SS隊 とも ラリー練~①ポイント練	13:10~14:40 SS隊 とも ラリー練~③ポイント練		
						15:00~16:10 ステップ 大沼	14:40~15:50 ステップ 横川		15:50~17:20 しごき隊 とも ③基礎練と展開練
20:00~21:20 トゥモロー 磐長谷	20:00~21:20 トゥモロー 磐長谷	19:20~20:20 フレッシュ 吉沢	19:20~20:40 PS隊 大沼 ネットプレー練 ~①練	19:30~20:40 ステップ 横川	17:50~18:50 フレッシュ とも		17:20~18:40 PS隊 横川 基本技術練~ ③練	17:30~18:30 フレッシュ とも	