

オールサムズテニスクラブ スクール クラス&レベル 関連図

2023年4月期より

楽しくなければテニスじゃない!

- ・テニスを楽しくやられている方。
- ・昔試合にも出ていたけれどブランクがあって今は打てなくなったし、あまり動けないという方。
- ・ストレス解消をしたいという方。
- ・運動不足を解消したいという方。
- ・体力に自信がないという方。
- ・ソフトテニスをやっていたという方。
- ・自己流になってしまっているという方。
- ・怪我等でリハビリでやりたいという方。

トゥモロー
ダブルスのやり方、ルールはだいたいわかっていて、ふだん仲間とダブルスでテニスを楽しんでいるという方

上級

中上級

中級

初中級

初級

初心

しごき隊
女子連、市民大会、草トーに参加している方
シングルスに取り組んでいる方、ガンガンしごかれないと思っっている方

SS隊
レベルの方

SS隊(スーパーしごき隊)
女子連、市民大会、各種大会に参加して実績を残している方、シングルの経験が長い方、スーパーハードにしごかれないという方

国体、インカレ、インターハイ、全国レディース等
全国大会出場経験者

市民大会、県の大会で
上位戦績がある

市民大会等でやや勝てる
県の大会等に参加している

市民大会等に参加している

PS隊(プレトレしごき隊)
試合に始めた、これから試合に出て行きたい、早く試合に勝てるようになりたいという方、これからドンドン頑張りたいと思っっている方

矢印は振り替えの
流れを示します。

さわやか
55歳以上の方で、若い人と一緒だと気がひけてしまうという方、体力作り、健康作り、仲間作りもしたいという方

トゥモローレベルの方(ビジター料金がかかります)

ステップレベルの方
(ビジター料金がかかります)

ステップ
初心、初級レベルではないが、ダブルスのやり方、ルールがあまりよくわからないという方

フレッシュ
初心者、初級者、基本をしっかり学びたいという方

※振替受講と単発受講の違い
振り替えはあくまでもこの図の矢印の通りですが、単発受講はその条件、レベルにあった方ならどのクラスでも受講可能となります。(例:さわやかの方がトゥモローを、トゥモローの方がしごき隊を、しごき隊のSS隊レベルの方がSS隊を受講。)

厳しくなければテニスじゃない!

- ① 競技志向である。
 - ② テニスにはまっている。
 - ③ 週に3回、4回と練習に励んでいる。
 - ④ 毎日でもテニスをやりたい。
 - ⑤ 朝から晩までテニスをやっていたい。
 - ⑥ 上達のためにきびしい練習を望んでいる。
 - ⑦ しごかれてもついていける体力を持ち合わせている。
 - ⑧ 試合めざして頑張っている。
 - ⑨ 試合には出来る限り出ている。
 - ⑩ ポレーが決まらない、ストロークが打てないなどの技術的な課題を抱えている。
- ※オールサムズ主催の大会に月1回は必ず参加し、その結果を担当コーチに報告し、今後の指導の参考にする。



オールサムズTC 大人の方のテニススクール

あ

フレッシュクラス

テニス初心者、初級者の方、基本技術を学びたいという方

な

た

ステップクラス

基本的な打ち方を一通り学んだ方で、ダブルスのルールを学びたい、試合のやり方を覚えたいという方

に

あ

トゥモロークラス

ダブルスのやり方、ルールはだいたいわかっていて、ふだん仲間とダブルスでテニスを楽しんでいるという方

つ

た

さわやか

55歳以上の方、若い人と一緒だと気が引けてしまうという方、体力作り、健康作り、仲間作りもしたいという方

ク

ラ

ス

は

ど

れ

?

フシしごき隊

試合に出始めた、これから試合に出ていきたい、早く試合で勝てるようになりたいという方、これからどんどん頑張りたいと思っている方

しごき隊

女子連、市民大会、草トーにすでに参加している方、シングルスに取り組んでいる方、ガンガンしごかれないと望んでいる方

SS隊

(スーパーしごき隊)

女子連、市民大会、各種大会に参加していて実績を残している方、シングルの経験の長い方、スーパーハードにしごかれない方

とことん

打ち込み練クラス

早く上達したいという方、もっともっとたくさんボールを打ちたいという方