

オールサムズテニスクラブ スクール クラス&レベル 相関図

2024年1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

SS隊(スーパーレディーズ)
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がれたいという方

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

シングルス隊
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、ガンガンしがりたいと思っている方

SS隊
レベルの方

市民大会等でやや勝てる
県の大会等に参加している

PS隊(プロシキ)
試合に出始めた、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ている方

市民大会等に参加している

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、若い人と一緒に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

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がき隊を、しがき隊のSS隊レベルの方がSS隊を受講。)

楽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。

試合で勝ちたい！
もっと強くなりたい！
ガンガンしがれたい！