

豊富なレッスンプログラムでメキメキ上達！実戦派の方にも、基本派の方にもきっとあなたにあったプログラムが見つかるはず！

4月版「ワンデープロ講座」

いつもより多く実践練習

「2時間シングルス実戦」(定員5名)

料金: ¥5,500 振替2回分

※2名以下の場合は1時間30分に短縮となります。

初めてのシングルス 初級・初中級 4/2(金)13:00~15:00 小野★	中級1.2 4/19(月)14:30~16:30 南★	中級3~上級 4/5(月)13:00~15:00 小野● 4/8(木)15:00~17:00 安部◆
------------------------------------------------------	---------------------------------------	-----------------------------------------------------------------

ラリー1時間、ゲーム1時間のライフボール練習！

「ラリー&ゲーム〜ダブルス編〜」(定員8名)

料金: ¥5,000 振替1回分 (差額 ¥2,000)

※2名以下の場合は中止となります。

初級・初中級 4/23(金)13:00~15:00 佐藤(友)★ 4/25(日)14:00~16:00 安部★	中級1.2 4/6(火)14:00~16:00 南★ 4/11(日)14:00~16:00 安部★	中級3~上級 4/17(土)18:00~20:00 須賀川★ 4/22(木)15:00~17:00 安部●
----------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------

いつもより多く実践練習

「2時間ダブルス実戦」(定員6名)

料金: ¥5,500 振替2回分

※2名以下の場合は中止となります。

やさしいダブルス実践 初級・初中級 4/9(金)13:00~15:00 佐藤(友)★ 4/14(水)12:00~14:00 降矢★	中級1.2 4/1(木)15:00~17:00 須賀川● 4/20(火)11:00~13:00 安部★	中級3~上級 4/6(火)9:00~11:00 須賀川●
------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------	----------------------------------------

ラリーの安定感、対応力を身につけたい方へ！

「みっちりラリー」(定員6名)

料金: ¥2,500 振替1回分

※2名以下の場合は45分に短縮となります。

初級・初中級 4/16(金)12:00~13:00 降矢★ 4/21(水)13:00~14:00 降矢◆ 4/24(土)18:00~19:00 石井◆	中級1.2 4/17(土)16:00~17:00 小野★ 4/27(火)9:00~10:00 須賀川●	中級3~上級 4/4(日)14:00~15:00 小野★ 4/6(火)15:30~16:30 難波◆ 4/27(火)10:00~11:00 須賀川●
---------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------

様々な展開を身に着けよう！

「1.5時間シングルス実戦」(定員5名)

料金: ¥4,100 振替1回分 (差額 ¥1,100)

※2名以下の場合は1時間となります。

中級1.2 4/2(金)14:30~16:00 井門◆ 4/9(金)14:30~16:00 井門◆ 4/16(金)14:30~16:00 井門◆ 4/23(金)14:30~16:00 井門◆	中級3~上級 4/6(火)14:30~16:00 井門◆ 4/20(火)14:30~16:00 井門◆ 4/27(火)14:30~16:00 井門◆
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------

様々な展開を身に着けよう！

「1.5時間ダブルス実戦」(定員6名)

料金: ¥4,100 振替1回分 (差額 ¥1,100)

※2名以下の場合は中止となります。

中級3~上級 4/6(火)13:00~14:30 難波★

コートがどんなボールも壁のように返します！

「みっちり壁ラリー」(定員6名)

料金: ¥2,700 振替1回分

※2名以下の場合は45分に短縮となります。

中級1.2 4/5(月)10:00~11:00 黒田● 4/10(土)18:00~19:00 石井◆ 4/22(木)10:00~11:00 黒田●	中級3~上級 4/1(木)10:00~11:00 黒田● 4/3(土)18:00~19:00 石井◆ 4/10(土)19:00~20:00 須賀川◆ 4/15(木)10:00~11:00 黒田●
-------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

基礎から実戦まで総合的に

「片手バックハンド強化練習会」(定員6名)

料金: ¥4,100 振替1回分 (差額 ¥1,100)

※2名以下の場合1時間に短縮となります。

中級1.2 4/26(月)11:00~12:30 小林◆	中級3~上級 4/26(月)15:00~16:30 井上◆
----------------------------------------	-----------------------------------------

基礎から実戦まで総合的に

「ストロークスライス強化練習会」(定員6名)

料金: ¥4,100 振替1回分 (差額 ¥1,100)

※2名以下の場合1時間に短縮となります。

中級1.2 4/8(木)15:00~16:30 難波★	中級3~上級 4/5(月)15:00~16:30 難波◆
---------------------------------------	----------------------------------------



※レッスンによってコートが違いますのでお気を付けください。
★デコターフコート ◆カーペットコート ●アウトコート

得意向上/苦手克服！反復練習したい方にオススメ！

1時間ショット練習会(定員6名)

料金: ¥2,700 振替1回分

※2名以下の場合45分に短縮となります。

ストローク編(レベルフリー) -ストローク総合 4/8(木)12:00~13:00 須賀川★ 4/24(土)12:00~13:00 安部● 4/26(月)10:00~11:00 黒田● 4/27(火)12:00~13:00 降矢◆ -フォアハンドストローク 4/2(金)12:00~13:00 福島★ 4/12(月)10:00~11:00 黒田● -バックハンドストローク 4/8(木)10:00~11:00 黒田● 4/9(金)12:00~13:00 福島★ -スライスショット 4/21(水)12:00~13:00 降矢◆ -打ち込み 4/1(木)12:00~13:00 小林★ 4/6(火)11:00~12:00 安部★	ネットプレー編(レベルフリー) -ネットプレー総合 4/8(木)13:00~14:00 須賀川★ 4/13(火)19:00~20:00 石井★ 4/20(火)19:00~20:00 石井★ -ボレー 4/22(木)14:30~15:30 金矢◆ -スマッシュ 4/1(木)11:00~12:00 小林★	サーブ編(レベルフリー) -サーブ総合 4/7(木)13:00~14:00 乙部◆ 4/8(木)14:00~15:00 須賀川★ 4/14(水)13:00~14:00 乙部◆ 4/21(水)13:00~14:00 乙部◆ 4/28(水)13:00~14:00 乙部◆ -ファーストサーブ 4/1(木)14:00~15:00 難波★ -セカンドサーブ 4/1(木)15:00~16:00 難波★ -サーブ&リターン 4/1(木)16:00~17:00 難波★ -フラットサーブ 4/27(火)14:00~15:00 南★ -スライスサーブ 4/27(火)15:00~16:00 南★
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

やりたいことを自由に！

30分プライベート(定員1~3名)

料金: ¥4,500 振替2回分

-難波 4/2(金)15:00~15:30/15:30~16:00 ★ 4/9(金)15:00~15:30/15:30~16:00 ★ -降矢 4/23(金)12:00~12:30/12:30~13:00 ★ 4/28(水)13:00~13:30/13:30~14:00 ◆ -小林 4/26(月)12:30~13:00 ◆ -安部 4/6(火)12:00~12:30/12:30~13:00 ★ 4/24(土)13:00~13:30/13:30~14:00 ● -南 4/5(月)16:00~16:30 ● 4/26(月)16:00~16:30 ●	-石井 4/6(火)19:00~19:30/19:30~20:00 ★ 4/17(土)18:00~18:30/18:30~19:00 ◆ -須賀川 4/3(土)19:00~19:30/19:30~20:00 ◆ 4/20(火)10:30~11:00 ● 4/22(木)16:30~17:00 ● 4/24(土)19:00~19:30/19:30~20:00 ◆ -上杉 4/7(水)12:00~12:30/12:30~13:00 ★ 13:30~14:00/14:00~14:30 ◆ -黒田 4/19(月)10:00~10:30/10:30~11:00 ● -井上 4/26(月)16:30~17:00 ◆
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

次のレベルアップを目指し、課題を見つけ練習します！

「中級への道」(定員10名)

料金: ¥4,500 振替1回分 (差額 ¥1,500)

※2名以下の場合1時間30分に短縮となります。

初中級 4/16(金)13:00~15:00 佐藤(友)★

コートたちが練習しているような
ハードなメニューでいい汗流しましょう！
「DSプログラム」(定員6名)

料金: ¥4,100 振替1回 (差額 ¥1,100)

※2名以下の場合は1時間に短縮となります。

ストローク編(レベルフリー) 4/14(水)11:30~13:00 石井◆ 4/20(火)9:00~10:30 須賀川● 4/26(月)14:30~16:00 南●	ネットプレー編(レベルフリー) 4/5(月)14:30~16:00 南● 4/7(水)11:30~13:00 石井◆ 4/22(木)15:00~16:30 須賀川●
----------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------

※お振替についてのご案内

【2020年4月度~2020年7月度のお振替】 休んだ日より1年間ご利用いただけます。
【2020年11月度~2021年3月度のお振替】 休んだ日より1年間ご利用いただけます。

※レッスンによってコートが違いますのでお気を付けください。
★デコターフコート ◆カーペットコート ●アウトコート

レッスン以外の時間も練習して
もっともっとテニスを楽しもう！強くなろう！

ワンデープロ Jr

試合でもっと勝てるように練習しよう！

「ジュニア強化練習会」(定員10名)

料金: ¥3,500 振替1回分 (差額 ¥500)

※2名以下の場合は1時間30分に短縮となります。

JY1.2 4/3(土)15:00~17:00 難波●	JY3.4 4/24(土)14:00~16:00 難波●	JP 4/17(土)17:00~19:00 難波●
---------------------------------------	----------------------------------------	-------------------------------------

受付開始は3/27(土)~



SHOWA-NO-MORI TENNIS SCHOOL

お申込み・お問い合わせは...昭和の森テニススクール TEL:042-546-3055