

みんなのテニス・スクールレッスンクラス表 (2026年9月)

一般クラス	
A	初心者
B	初級者
C	中級者
D	上級者
E	エキスパート

女性限定クラス	
レディース	中上級者
トーナメントレディース C・D	競技者
トーナメントレディースレジェンド E	競技上級者

ジュニアクラス	
TEAM1	初心者・初級者 中級者
TEAM2	競技者(小学生)
TEAM3	競技者(小中高)

※ 土曜日7:50～の **BC・D** クラスは、60分レッスンとなります。

	月曜日				火曜日				水曜日				木曜日				金曜日			
コート番号	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
9:30					スタンダード CD				スタンダード BC	スタンダード D		レディース	スタンダード BC		レディース		スタンダード BC	レディース	トーナメント レディース D	
11:00									OVER60 BC	スタンダード CD			スタンダード CD		レディース		スタンダード CD		トーナメント レディース レジェンド E	
11:10					トーナメント レディース C	13:30	レンタルコート ・フリープレー						スタンダード CD		スタンダード E					
12:40						トーナメント レディース DE							15:00	レンタルコート・フリープレー						レンタルコート・フリープレー
12:50											スタンダード CD		スタンダード E							
13:30													レンタルコート・フリープレー					レンタルコート・フリープレー		レンタルコート・フリープレー
14:20											スタンダード CD		スタンダード E							
													レンタルコート・フリープレー					レンタルコート・フリープレー		レンタルコート・フリープレー
16:00					レンタルコート ・フリープレー		Jr.TEAM		レンタルコート ・フリープレー		Jr.TEAM		レンタルコート ・フリープレー		Jr.TEAM		レンタルコート ・フリープレー		Jr.TEAM	
16:30									TEAM 1	TEAM 2 TEAM 3		TEAM 1	TEAM 2 TEAM 3		TEAM 1	TEAM 2 TEAM 3		TEAM 1	TEAM 2 TEAM 3	
17:00					17:30	17:30	17:30	17:30	17:30											
17:30					TEAM2 → 17:00～19:00 TEAM3 → 17:00～20:00				TEAM2 → 17:00～19:00 TEAM3 → 17:00～20:00				TEAM2 → 17:00～19:00 TEAM3 → 17:00～20:00				TEAM2 → 17:00～19:00 TEAM3 → 17:00～20:00			
19:00																				
20:00									スタンダード BCD		HARD E		スタンダード BCD		レンタルコート	スタンダード AB	レンタルコート			
21:30																				

土曜日					日曜日			
コート番号	1	2	3	4	1	2	3	4
7:50	TEAM 1		BC	D	TEAM 1			
8:50								
9:00	スタンダード BC	ラリー D		スタンダード E	スタンダード CD		スタンダード E	
10:30								
10:40	スタンダード AB	スタンダード CD	スタンダード E		ゆつくり BC	スタンダード CD		スタンダード E
12:10								
12:20	スタンダード BC		ゲーム45 D		ゲーム45 CD		スタンダード E	
13:50								
14:00	みんなテニ倶楽部				★レンタルコート★ 1時間：￥2,200- ナイト-土日：￥3,300- ビジター：￥4,400- ナイト-土日：￥6,600- 会員様+ビジター(1時間) ¥以外料金+¥550-(お1人) ★平日フリープレー★ 会員様 ¥550- (9:30～16:20) ★朝練★ ¥330- (8:30～9:20)			
16:00								
16:00	TEAM 1	TEAM 2 TEAM 3						
17:00	TEAM2 → 16:00～18:00 TEAM3 → 16:00～19:00							
18:00	19:00							
19:30								
21:00								

☆上表の、各クラス案内

スタンダード	基本的なクラス、各ショット練習しながら、健康と上達を意識します	ラリー	ラリー中心の練習クラス
メンズ	男性専用クラス	ゲーム４５	練習時間を半分して、ゲームを楽しむクラス、練習５０％試合５０％を目指します
レディース	試合には出場していない、これから出場を考えている、女性専用クラス	シングルス	シングルス練習をします
トーナメント レディース レジェンド	現在は試合の出場は減ってきているが、女子練ABで活躍された女性専用クラス	ショット別	テーマを決めて各ショットの練習をします ※開講テーマ・スケジュールは別紙で発表
トーナメント レディース	試合に出場していて、上位進出を目指していく女性専用クラス	ゆっくり	運動量を落として、ゆっくりレベルアップするクラス
OVER 60	60歳以上のクラス	HARD	運動量の多さを意識したクラス