

◆2019年2月レッスンスケジュール (1日-7日)

日	1				2				3				4				5				6				7				日																				
曜日	金				土				日				月				火				水				木				曜日																				
フロア	3F		2F		3F		2F		3F		2F		3F		2F		3F		2F		3F		2F		3F		2F		フロア																				
時間	1	2	3	4	1	2	1	2	3	4	1	2	1	2	3	4	1	2	1	2	3	4	1	2	1	2	3	4	1	2	時間																		
9:00	【田中教室】 <個別強化>				丸山	安西	丸山	安西			安西	國井			【田中教室】 <個別強化>				丸山		【安西教室】 <初級>				田中	平野	【田中教室】 <個別強化>				加藤	【田中教室】 <中級>				9:00													
9:30	★田中														★田中						★安西 (定員:6)				田中	平野	★田中						★丸山				9:30												
10:00	●平野 (定員:10)				丸山	安西	【丸山教室】 <全レベル>						【國井教室】 <上級中級>				奥山		●安西 (定員:10)				丸山	脇ノ谷	【平野教室】 <上級中級>				田中	脇ノ谷	【加藤教室】 <Sv3球目>				丸山	加藤	【丸山教室】 <対異質>				田中	9:50							
10:30	★丸山						★丸山						★丸山						★丸山						★丸山						★丸山						★丸山				10:00								
10:50	【平野教室】 <BH>				丸山	田中	●安西 (定員:10)						●安西 (定員:10)				奥山		【丸山教室】 <中級>				田中		【平野教室】 <上級中級>				田中	脇ノ谷	【加藤教室】 <Sv3球目>				丸山		【丸山教室】 <対異質>				田中	11:00							
11:30	★平野														★丸山						★丸山						★丸山						★丸山						★丸山				11:30						
11:50	●安西 (定員:10)				丸山		丸山	安西			國井	安西			奥山		●安西 (定員:10)				田中		●安西 (定員:10)				田中	脇ノ谷	●平野 (定員:12)				丸山		●安西 (定員:10)				田中	12:00									
12:30	【平野教室】 <ツツキ>				丸山		【安西教室】 <中級>				丸山		【奥山教室】 <初級>				安西	國井	【田中教室】 <個別強化>						【田中教室】 <マスターズ>				安西	平野	【平野教室】 <中級>				丸山	加藤	【田中教室】 <個別強化>				安西	丸山	13:00						
13:30	★平野						★安西						★奥山						★田中						★田中						★平野 (定員:6)				丸山	加藤	★田中						★奥山				安西	丸山	13:30
13:50	●安西 (定員:10)				丸山		●奥山 (定員:10)				丸山		●奥山 (定員:6)				國井		●丸山 (定員:10)						●脇ノ谷 (定員:10)					平野	●平野 (定員:6)				丸山	加藤	●奥山 (定員:10)				安西	丸山	14:00						
14:30	【少年団体】 <U12クラス>																																								14:30								
14:50	★丸山																																								14:50								
15:00	★奥山																																								15:00								
15:30	【少年団体】 <U8クラス>																																										15:30						
15:50	★奥山																																										15:50						
16:00	【少年団体】 <U12クラス>																																										16:00						
16:30	★丸山																																										16:30						
16:50	★奥山																																										16:50						
17:00	【少年団体】 <U12クラス>																																										17:00						
17:30	★丸山																																										17:30						
17:50	★奥山																																										17:50						
18:00	【共通団体】 <おとな教室>																																										18:00						
18:30	★丸山																																										18:30						
18:50	●奥山 (定員:12)																																										18:50						
19:00	【共通団体】 <おとな教室>																																										19:00						
19:30	★丸山																																										19:30						
19:50	●奥山 (定員:6)																																										19:50						
20:00	【共通団体】 <おとな教室>																																										20:00						
20:30	★丸山																																										20:30						
20:50	●奥山 (定員:6)																																										20:50						
21:00	【共通団体】 <おとな教室>																																										21:00						
21:30	★丸山																																										21:30						
21:50	●奥山 (定員:12)																																										21:50						

<レッスン凡例>

	成人団体コース (レベル不問)		個人レッスン
	成人団体コース (レベル別)		主コーチ
	少年団体コース (U8,U12クラス)		アシスタント
	成人・少年共通団体 (中学生以上)		

- <レッスン正式名称 (略名記載のみ)>
- ・ AB: アタック&ブロック
 - ・ BH: バックハンド
 - ・ Sv3球目: サーブ3球目攻撃
 - ・ 対異質: 対異質ラバー特訓
 - ・ 上中: 上級中級混合
 - ・ マスターズ: マスターズ志向
 - ・ 個別強化: 個別強化 (中級以上)
 - ・ おとな教室: おとな教室 (中学生以上)

<レベル目安>※レベル別レッスンは下記を目安としてください

- <初級> 参加可能レベル別レッスン: 初級
- ・ 卓球を始めたばかりの方
 - ・ 初めての大会参加を目指す方
 - ・ 健康の維持・増進を主目的とする方
- <中級> 参加可能レベル別レッスン: 初級、中級、個別強化
- ・ 大会の参加を複数回経験し、上位入賞を目指す方
 - ・ 技術単体での打法や特徴を理解されている方
 - ・ 会員同士での基礎的なラリー練習を行うことができる方
- <上級> 参加可能レベル別レッスン: 初級、中級、上級、個別強化
- ・ 大会で上位入賞を複数回経験されたことがある方
 - ・ 技術と技術の連携を理解されている方
 - ・ 会員同士での応用的なラリー練習を行うことができる方
- <マスターズ> 参加可能レベル別レッスン: 全て
- ・ 全日本マスターズや東京選手権、またはそれらに相当する大会に参加した経験がある方
 - ・ 上記の大会の予選に次回参加し、本選出場を目指す意思がある方

<注意事項>

- ・ レッソンの参加には必ず予約が必要です
- ・ レベル別レッスンはご自身のレベルに準じてご参加ください
- ・ 団体レッスンは参加人数が6人以下の場合、コーチは1人となります
- ・ 大規模な自然災害の際はレッスンを中止する場合がございます
- ・ その場合、メールでのご連絡をいたしますのでご確認ください
- ・ 田中コーチ個人レッスンは団体月4回以上受講生限定で受講できます

<告知事項>

◆2019年2月レッスンスケジュール (8日-14日)

日	8				9				10				11				12				13				14				日			
曜日	金				土				日				月				火				水				木				曜日			
フロア	3F		2F		3F		2F		3F		2F		3F		2F		3F		2F		3F		2F		3F		2F		フロア			
時間	1	2	3	4	1	2	1	2	3	4	1	2	1	2	3	4	1	2	1	2	3	4	1	2	1	2	3	4	1	2	時間	
9:00	【丸山教室】				丸山								【安西教室】						田中	平野	【田中教室】				加藤	脇ノ谷	【田中教室】				9:00	
9:30	<ツツキ>												<全レベル>						脇ノ谷		脇ノ谷										9:30	
9:50	★丸山												★安西																			9:50
10:00	●安西												●奥山						脇ノ谷		脇ノ谷											10:00
10:30	(定員:10)												(定員:10)																			10:30
10:50					【丸山教室】																										10:50	
11:00	【丸山教室】												【安西教室】																			11:00
11:30	<BH>												<中級>																		11:30	
11:50	★丸山												★安西																			11:50
12:00	●安西												●奥山																			12:00
12:30	(定員:10)				丸山	安西							(定員:10)																			12:30
12:50																															12:50	
13:00	【丸山教室】												【奥山教室】				安西															13:00
13:30	<AB>												<中級>																			13:30
13:50	★丸山												★安西																			13:50
14:00	●安西												●奥山																			14:00
14:30	(定員:10)												(定員:10)																			14:30
14:50																															14:50	
15:00																															15:00	
15:30					奥山																										15:30	
15:50																															15:50	
16:00																															16:00	
16:30	【少年団体】																														16:30	
16:50	<U12クラス>																														16:50	
17:00	★丸山																														17:00	
17:30	<U8クラス>																														17:30	
17:50	★奥山																														17:50	
18:00																															18:00	
18:30																															18:30	
18:50																															18:50	
19:00	【共通団体】																														19:00	
19:30	<おとな教室>																														19:30	
19:50	★丸山																														19:50	
20:00	●奥山																														20:00	
20:30	(定員:12)																														20:30	
20:50																															20:50	
21:00																															21:00	

<レッスン凡例>

成人団体コース (レベル不問)
 成人団体コース (レベル別)
 少年団体コース (U8,U12クラス)
 成人・少年共通団体 (中学生以上)
 個人レッスン

★ 主コーチ
 ● アシスタント

<レッスン正式名称 (略名記載のみ) >

- ・ AB: アタック&ブロック
- ・ BH: バックハンド
- ・ Sv3球目: サーブ3球目攻撃
- ・ 対異質: 対異質ラバー特訓
- ・ 上中: 上級中級混合
- ・ マスターズ: マスターズ志向
- ・ 個別強化: 個別強化 (中級以上)
- ・ おとな教室: おとな教室 (中学生以上)

<レベル目安>※レベル別レッスンは下記を目安としてください

<初級> 参加可能レベル別レッスン: 初級

- ・ 卓球を始めたばかりの方
- ・ 初めての大会参加を目指す方
- ・ 健康の維持・増進を主目的とする方

<中級> 参加可能レベル別レッスン: 初級、中級、個別強化

- ・ 大会の参加を複数回経験し、上位入賞を目指す方
- ・ 技術単体での打法や特徴を理解されている方
- ・ 会員同士での基礎的なラリー練習を行うことができる方

<上級> 参加可能レベル別レッスン: 初級、中級、上級、個別強化

- ・ 大会で上位入賞を複数回経験されたことがある方
- ・ 技術と技術の連携を理解されている方
- ・ 会員同士での応用的なラリー練習を行うことができる方

<マスターズ> 参加可能レベル別レッスン: 全て

- ・ 全日本マスターズや東京選手権、またはそれらに相当する大会に参加した経験がある方
- ・ 上記の大会の予選に次回参加し、本選出場を目指す意思がある方

<注意事項>

- ・ レッソンの参加には必ず予約が必要です
- ・ レベル別レッスンはご自身のレベルに準じてご参加ください
- ・ 団体レッスンは参加人数が6人以下の場合、コーチは1人となります
- ・ 大規模な自然災害の際はレッスンを中止する場合がございます
- ・ その場合、メールでのご連絡をいたしますのでご確認ください
- ・ 田中コーチ個人レッスンは団体月4回以上受講生限定で受講できます

<告知事項>

◆2019年2月レッスンスケジュール (15日-21日)

日	15				16				17				18				19				20				21				日													
曜日	金				土				日				月				火				水				木				曜日													
フロア	3F		2F		3F		2F		3F		2F		3F		2F		3F		2F		3F		2F		3F		2F		フロア													
時間	1	2	3	4	1	2	1	2	3	4	1	2	1	2	3	4	1	2	1	2	3	4	1	2	1	2	3	4	1	2	1	2	3	4	1	2	時間					
9:00	【平野教室】				田	安					丸				【田中教室】				田	平	【田中教室】				加	【田中教室】				9:00												
9:30	<ツツキ>				中	西					山				<個別強化>				中	野	<個別強化>				藤	<中級>				9:30												
9:50	★平野														★田中				中		★田中					★田中				9:50												
10:00	●安西				田		【安西教室】				丸		●丸山				安	脇ノ谷	★安西				田	平	●平野				加	●丸山				10:00								
10:30	(定員:10)				中		<全レベル>				山		(定員:10)				西		(定員:6)				中	野	(定員:10)				藤	(定員:10)				10:30								
10:50							【少年】																											10:50								
11:00	【平野教室】				田		★安西				丸		【丸山教室】				田		【平野教室】				脇ノ谷	丸	【加藤教室】				山	【丸山教室】				田								
11:30	<BH>				中		(定員:6)				山		<中級>				中		<上級中級>				中	山	<Sv3球目>				山	<対異質>				中								
11:50	★平野												★丸山						★平野						★加藤					★丸山												
12:00	●安西				田	安					丸		●安西				田	脇ノ谷	●安西				田	脇ノ谷	●平野				丸	●安西				田								
12:30	(定員:10)				中	西					山		(定員:10)				中		(定員:10)				中		(定員:12)				山	(定員:10)				中								
12:50																																		12:50								
13:00	【田中教室】				平		【安西教室】						【奥山教室】				丸		【田中教室】				丸		【田中教室】				安	平	【平野教室】				丸	加	【田中教室】				安	丸
13:30	<個別強化>				野		<中級>						<初級>				山		<個別強化>				山		<マスターズ>				西	野	<中級>				山	藤	<個別強化>				西	山
13:50	★田中						★安西						★奥山				丸		★田中				丸		★脇ノ谷					平	★平野				丸	加	★奥山				安	丸
14:00	●安西				平		●奥山						(定員:6)				山		●安西				丸		(定員:10)				野		(定員:6)				山	藤	(定員:10)				西	山
14:30	(定員:10)				野		(定員:10)						(定員:6)				山		(定員:10)				山		(定員:10)				野		(定員:6)				山	藤	(定員:10)				西	山
14:50																																										
15:00					平	奥					奥												奥	平					丸	平					安							
15:30					野	山					山												山	野					山	野					西							
15:50																																										
16:00																							平							平												
16:30	【少年団体】																						野							野												
16:50	<U12クラス>																																									
17:00	★平野																																									
17:30	<U8クラス>																																									
17:50	★奥山																																									
18:00																																										
18:30																																										
18:50																																										
19:00	【共通団体】																																									
19:30	<おとな教室>																																									
19:50	★奥山																																									
20:00	(定員:6)																																									
20:30																																										
20:50																																										
21:00																																										

<レッスン凡例>

成人団体コース (レベル不問) 個人レッスン
 成人団体コース (レベル別)
 少年団体コース (U8,U12クラス) ★ 主コーチ
 成人・少年共通団体 (中学生以上) ● アシスタント

<レッスン正式名称 (略名記載のみ) >

- ・ AB: アタック&ブロック ・ BH: バックハンド
- ・ Sv3球目: サーブ3球目攻撃 ・ 対異質: 対異質ラバー特訓
- ・ 上中: 上級中級混合 ・ マスターズ: マスターズ志向
- ・ 個別強化: 個別強化 (中級以上)
- ・ おとな教室: おとな教室 (中学生以上)

<レベル目安>※レベル別レッスンは下記を目安としてください

<初級> 参加可能レベル別レッスン: 初級

- ・ 卓球を始めたばかりの方
- ・ 初めての大会参加を目指す方
- ・ 健康の維持・増進を主目的とする方

<中級> 参加可能レベル別レッスン: 初級、中級、個別強化

- ・ 大会の参加を複数回経験し、上位入賞を目指す方
- ・ 技術単体での打法や特徴を理解されている方
- ・ 会員同士での基礎的なラリー練習を行うことができる方

<上級> 参加可能レベル別レッスン: 初級、中級、上級、個別強化

- ・ 大会で上位入賞を複数回経験されたことがある方
- ・ 技術と技術の連携を理解されている方
- ・ 会員同士での応用的なラリー練習を行うことができる方

<マスターズ> 参加可能レベル別レッスン: 全て

- ・ 全日本マスターズや東京選手権、またはそれらに相当する大会に参加した経験がある方
- ・ 上記の大会の予選に次回参加し、本選出場を目指す意思がある方

<注意事項>

- ・ レッソンの参加には必ず予約が必要です
- ・ レベル別レッスンはご自身のレベルに準じてご参加ください
- ・ 団体レッスンは参加人数が6人以下の場合、コーチは1人となります
- ・ 大規模な自然災害の際はレッスンを中止する場合がございます
- ・ その場合、メールでのご連絡をいたしますのでご確認ください
- ・ 田中コーチ個人レッスンは団体月4回以上受講生限定で受講できます

<告知事項>

