2025年3月 個人レッスンスケジュール

【お知らせ】

◆New 河又大和コーチ個人レッスン 10:00~19:00

武田俊夫コーチ

	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
9:00~																															
10:00	\circ							0							0							\bigcirc									
11:00	\circ							0							0							0									
12:00	\circ							0							0							0									
13:00	\circ			0		0					0		0		0			0		0					0		0				
14:00	\circ			0		0					0		0		0			0		0					0		0				
15:00				0	0	0	0				0	0	0	0				0	0	0	0				0	0	0	0			
16:00				0	0	0	0				0	0	0	0				0	0	0	0				0	0	0	0			
17:00				0	0	0	0				0	0	0	0				0	0	0	0				0	0	0	0			
18:00				0	0	0	0				0	0	0	0				0	0	0	0				0	0	0	0			
19:00					0	0						0	0						0	0						0	0				
20:00																															

丸山明彦コーチ

	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
9:00~			0	0	0	0	0			0	\circ	\bigcirc	0	0			\bigcirc	0	0	0	\circ			0	0	0	0	\bigcirc			0
10:00			0	0	0	0	0			0	0	0	0	0			0	0	0	0	0			0	0	0	0	0			0
11:00			0	0		0	0			0	0		0	0			0	0		0	0			0	0		0	0			0
12:00			0	0		0	0			0	\bigcirc		0	0			0	0			\circ			0	0		0	0			0
13:00					0							0							0							0					0
14:00					0							0							0	0						0					0
15:00			0	0	0	0	0			0	\bigcirc	0	0	0			0	0	0	0	\circ			0	0	0	0	0			0
16:00			0	0	0	0	0			0	\circ	0	0	0			0	0	0	0	\circ			0	0	0	0	0			0
17:00			0	0	0	0	0			0	0	0	0	0			0	0	0		0			0	0	0	0	0			
18:00																															
19:00																															
20:00																															

米澤賢コーチ

	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
9:00~				0		0	0				\circ		0	0				0		0	\circ				0		0	0			0
10:00				\circ		0	\bigcirc				\bigcirc		\bigcirc	\bigcirc				\bigcirc		0	\bigcirc				0		\bigcirc	\bigcirc			\circ
11:00	\circ			0		0		\bigcirc			\circ		0		\bigcirc			0		0		0			0		0		\bigcirc		0
12:00				0		0					\circ		0		0			0		0		0			0		0		\circ		0
13:00			0	0		0	0			0	0		0	0			0	0		0	\circ	0		0	0		0	0			0
14:00			0	0		0	0			0	0		0	0			0	0		0	0	0		0	0		0	0			0
15:00		0		0			0				0			0	0	0		0			0	0	0		0			0	0	0	0
16:00		\bigcirc		0			0				0			0	0	0		0			0	0	0		0			\circ	0	0	0
17:00		0													0	0						0	0						0	0	0
18:00		0														0							0							0	0
19:00		\circ	0	0		0	0			0	\circ		0	0		0	0	0		0	\bigcirc		0	0	0		0	0		0	0
20:00		0	0	0		0	0			0	\bigcirc		0	0		0	0	0		0	\bigcirc		0	0	0		0	\circ		0	0

2025年3月 個人レッスンスケジュール

加藤雅也コーチ

	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
9:00~										0			0				\circ							\bigcirc			0				0
10:00										0			0				0							0			0				0
11:00					0					0		0	0				0		0					0		0	0				0
12:00					0					0		0	0				0		0					\bigcirc		0	\circ				0
13:00					0							0							0							0					
14:00																															
15:00																															
16:00																															
17:00																															
18:00																															
19:00																															
20:00																															

<u>森田有城コーチ</u>

	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
9:00~			0							0				0			\circ				0			0						0	\circ
10:00			0							0				0			0				0			0						\circ	0
11:00			0							0				0			0				0			0						0	0
12:00			0							0				0			0				0			0						0	0
13:00			0							0				0			0				0			0						0	0
14:00			0							0				0			0				0			0						0	0
15:00			0							0				0			0				0			0						0	0
16:00			0							0				0			0				0			0						0	0
17:00			0							0				0			\circ				0			0						0	0
18:00																															
19:00																															
20:00																															

河又大和コーチ

	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14		16	17	18	19		21	22	23	24	25		27	28	29	30	31
9:00~																															
10:00							0						0	0	0			0	0		\circ				0	0	0	0			
11:00				0			0						0	0	0				0		0				0	0	0	0			
12:00				0			0						0	0	0				0		0				0	0	0	0			
13:00				0			0		0				0	0	0			0	0		0				0	0	0	0			
14:00				0			0		0				0	0	0			0	0		0				0	0	0	0			
15:00				0			0		0				0	0	0			0	0		0				0	0	0	0			
16:00				0			0		0				0	0	0			0	0		0				0	0	0	0			
17:00				0			0		0				0	0	0			0	0		0				0	0	0	0			
18:00				0			0		0				0	0	0			0	0		\bigcirc				0	0	0	0			
19:00																															
20:00																															

田辺和也コーチ

2025年3月 団体レッスンスケジュール

【上手くなるから、楽しくなる】

◆VIRGOは毎日セルフユーズ!!!!

自主練ノススメ!!

マシン50分/1000円 サーブ練習50分/700円 ■3/29 (土) スペシャルレッスン『下回転に対するドライブ』 13:00~15:50【武田・田中】この機会にぜひ!

						±	日
						1日	2日
						課題特訓	U-12
9:00~10:50						担当:米澤	担当:米澤
		これができなま	きゃどうにもなり	ふない!		(定員:6名)	初級レッスン
11:00~			しなを悩ます	<u> </u>		<u>VIRGO練習会</u> 11時~/12時~	担当:米澤
12:50		<u> </u>	<u> </u>			定員:各8名	(定員:6名)
13:00~		'下回転に	対するに	ニィブロ		ACK HOL	課題特訓
			<u> </u>	<u> </u>			担当:米澤
14:50		回転の競技な	のに、回転を操れ	ない。			(定員:6名)
15:00~		それじゃあ朋	券でるわけないよれ	9え~		VIRGO	
16:50		あかたのドライ	づ、どうにかなって	きすっ		ナイト練習	
10.50		<u>65/4/2071 7 1</u>	<u> </u>	<u>. 6. 7 </u>		13:00~18:00	
17:00~		時】3/29(土)/13:00	~ 15:50			
18:30		員】20名					
10.50			2200III				
19:00~		金】一人/					
21:00	【担	当]武田・田	申				
10.00.00.							
18:00~20:					ĺ		
50							1
	В	بار	-l-	+	A		
	月 3日	火 4日	水 5日	木 6日	金 7日	± 8B	<u>∃</u> 9.⊟
	月 3日 課題特訓	火 4日 <u>課題特訓</u>	水 5日 <u>課題特訓</u>	木 6日 課題特訓	7日	土 8日 課題特訓	9日
9:00~10:50	3日	4日	5日	6日	7日 セルフユーズ	8日	9日
9:00~10:50	3日 課題特訓	4日 課題特訓	5日 課題特訓	6日 <u>課題特訓</u>	7日	8日 課題特訓	9日 【ワンランクアッ プ 練習会】
	3日 課題特訓 担当:米澤	4日 課題特訓 担当:河又	5日 <u>課題特訓</u> 担当:加藤	6日 課題特訓 担当:田中	7日 セルフユーズ	8日 課題特訓 担当:米澤	9日 【ワンランクアッ プ 練習会】 時間:10:00~12:30
11:00~	3日 課題特訓 担当:米澤 (定員:6名)	4日 課題特訓 担当:河又	5日 課題特訓 担当:加藤 (定員:6名)	6日 課題特訓 担当:田中 (定員:6名)	7日 セルフユーズ (サポート付)	8日 課題特訓 担当:米澤 (定員:6名) VIRGO練習会 11時~/12時~	9日 【ワンランクアッ プ 練習会】
	3日 課題特訓 担当:米澤 (定員:6名) バックドライブ 担当:米澤 (定員:6名)	4日 課題特訓 担当:河又 (定員:6名)	5日 課題特訓 担当:加藤 (定員:6名) 課題特訓 担当:丸山 (定員:6名)	6日 課題特訓 担当:田中 (定員:6名) ツッツキ 担当:田中 (定員:6名)	7日 セルフユーズ (サポート付) 課題特訓 担当:米澤 (定員:6名)	8日 課題特訓 担当:米澤 (定員:6名) VIRGO練習会 11時~/12時~ 定員:各8名	9日 【ワンランクアッ プ 練習会】 時間:10:00~12:30 料金:2650円
11:00~	3日 課題特訓 担当:米澤 (定員:6名) バックドライブ 担当:米澤 (定員:6名) サーブ3球目	4日 課題特訓 担当:河又 (定員:6名)	5日 課題特訓 担当:加藤 (定員:6名) 課題特訓 担当:丸山 (定員:6名) 回転の理解	6日 課題特訓 担当:田中 (定員:6名) ツッツキ 担当:田中 (定員:6名) 両ハンド	7日 セルフユーズ (サポート付) 課題特訓 担当:米澤 (定員:6名) レシーブ4球目	8日 課題特訓 担当:米澤 (定員:6名) VIRGO練習会 11時~/12時~ 定員:各8名 基礎技術	9日 【ワンランクアッ プ 練習会】 時間:10:00~12:30 料金:2650円
11:00~ 12:50 13:00~	3日 課題特訓 担当:米澤 (定員:6名) バックドライブ 担当:米澤 (定員:6名) サーブ3球目 担当:丸山	4日 課題特訓 担当:河又 (定員:6名) バックハンド 担当:丸山	5日 課題特訓 担当:加藤 (定員:6名) 課題特訓 担当:丸山 (定員:6名) 回転の理解 担当:武田	6日 課題特訓 担当:田中 (定員:6名) ツッツキ 担当:田中 (定員:6名) 両ハンド 担当:丸山	7日 セルフユーズ (サポート付) 課題特訓 担当:米澤 (定員:6名) レシーブ4球目 担当:丸山	8日 課題特訓 担当:米澤 (定員:6名) VIRGO練習会 11時~/12時~ 定員:各8名 基礎技術 担当:武田	9日 【ワンランクアッ プ 練習会】 時間:10:00~12:30 料金:2650円
11:00~ 12:50	3日 課題特訓 担当:米澤 (定員:6名) バックドライブ 担当:米澤 (定員:6名) サーブ3球目	4日 課題特訓 担当:河又 (定員:6名)	5日 課題特訓 担当:加藤 (定員:6名) 課題特訓 担当:丸山 (定員:6名) 回転の理解	6日 課題特訓 担当:田中 (定員:6名) ツッツキ 担当:田中 (定員:6名) 両ハンド	7日 セルフユーズ (サポート付) 課題特訓 担当:米澤 (定員:6名) レシーブ4球目	8日 課題特訓 担当:米澤 (定員:6名) VIRGO練習会 11時~/12時~ 定員:各8名 基礎技術	9日 【ワンランクアッ プ 練習会】 時間:10:00~12:30 料金:2650円
11:00~ 12:50 13:00~	3日 課題特訓 担当:米澤 (定員:6名) バックドライブ 担当:米澤 (定員:6名) サーブ3球目 担当:丸山 (定員:6名)	4日 課題特訓 担当:河又 (定員:6名) バックハンド 担当:丸山	5日 課題特訓 担当:加藤 (定員:6名) 課題特訓 担当:丸山 (定員:6名) 回転の理解 担当:武田	6日 課題特訓 担当:田中 (定員:6名) ツッツキ 担当:田中 (定員:6名) 両ハンド 担当:丸山 (定員:6名)	7日 セルフユーズ (サポート付) 課題特訓 担当:米澤 (定員:6名) レシーブ4球目 担当:丸山	8日 課題特訓 担当:米澤 (定員:6名) VIRGO練習会 11時~/12時~ 定員:各8名 基礎技術 担当:武田	9日 【ワンランクアッ プ 練習会】 時間:10:00~12:30 料金:2650円
11:00~ 12:50 13:00~ 14:50	3日 課題特訓 担当:米澤 (定員:6名) バックドライブ 担当:米澤 (定員:6名) サーブ3球目 担当:丸山 (定員:6名)	4日 課題特訓 担当:河又 (定員:6名) バックハンド 担当:丸山	5日 課題特訓 担当:加藤 (定員:6名) 課題特訓 担当:丸山 (定員:6名) 回転の理解 担当:武田	6日 課題特訓 担当:田中 (定員:6名) ツッツキ 担当:田中 (定員:6名) 両ハンド 担当:丸山 (定員:6名) 試合基礎	7日 セルフユーズ (サポート付) 課題特訓 担当:米澤 (定員:6名) レシーブ4球目 担当:丸山	8日 課題特訓 担当:米澤 (定員:6名) VIRGO練習会 11時~/12時~ 定員:各8名 基礎技術 担当:武田	9日 【ワンランクアッ プ 練習会】 時間:10:00~12:30 料金:2650円
11:00~ 12:50 13:00~ 14:50	3日 課題特訓 担当:米澤 (定員:6名) バックドライブ 担当:米澤 (定員:6名) サーブ3球目 担当:丸山 (定員:6名)	4日 課題特訓 担当:河又 (定員:6名) バックハンド 担当:丸山	5日 課題特訓 担当:加藤 (定員:6名) 課題特訓 担当:丸山 (定員:6名) 回転の理解 担当:武田	6日 課題特訓 担当:田中 (定員:6名) ツッツキ 担当:田中 (定員:6名) 両ハンド 担当:丸山 (定員:6名)	7日 セルフユーズ (サポート付) 課題特訓 担当:米澤 (定員:6名) レシーブ4球目 担当:丸山	8日 課題特訓 担当:米澤 (定員:6名) VIRGO練習会 11時~/12時~ 定員:各8名 基礎技術 担当:武田 (定員:6名)	9日 【ワンランクアッ プ 練習会】 時間:10:00~12:30 料金:2650円
11:00~ 12:50 13:00~ 14:50	3日 課題特訓 担当:米澤 (定員:6名) バックドライブ 担当:米澤 (定員:6名) サーブ3球目 担当:丸山 (定員:6名)	4日 課題特訓 担当:河又 (定員:6名) バックハンド 担当:丸山	5日 課題特訓 担当:加藤 (定員:6名) 課題特訓 担当:丸山 (定員:6名) 回転の理解 担当:武田	6日 課題特訓 担当:田中 (定員:6名) ツッツキ 担当:田中 (定員:6名) 両ハンド 担当:丸山 (定員:6名) 試合基礎	7日 セルフユーズ (サポート付) 課題特訓 担当:米澤 (定員:6名) レシーブ4球目 担当:丸山	8日 課題特訓 担当:米澤 (定員:6名) VIRGO練習会 11時~/12時~ 定員:各8名 基礎技術 担当:武田 (定員:6名)	9日 【ワンランクアッ プ 練習会】 時間:10:00~12:30 料金:2650円
11:00~ 12:50 13:00~ 14:50 15:00~ 16:50	3日 課題特訓 担当:米澤 (定員:6名) バックドライブ 担当:米澤 (定員:6名) サーブ3球目 担当:丸山 (定員:6名) 試合基礎 担当:米澤	4日 課題特訓 担当:河又 (定員:6名) バックハンド 担当:丸山 (定員:6名)	5日 課題特訓 担当:加藤 (定員:6名) 課題特訓 担当:丸山 (定員:6名) 回転の理解 担当:武田	6日 課題特訓 担当:田中 (定員:6名) ツッツキ 担当:田中 (定員:6名) 両ハンド 担当:丸山 (定員:6名) 試合基礎 担当:米澤	7日 セルフユーズ (サポート付) 課題特訓 担当:米澤 (定員:6名) レシーブ4球目 担当:丸山 (定員:6名)	8日 課題特訓 担当:米澤 (定員:6名) VIRGO練習会 11時~/12時~ 定員:各8名 基礎技術 担当:武田 (定員:6名)	9日 【ワンランクアッ プ 練習会】 時間:10:00~12:30 料金:2650円
11:00~ 12:50 13:00~ 14:50 15:00~ 16:50	3日 課題特訓 担当:米澤 (定員:6名) バックドライブ 担当:米澤 (定員:6名) サーブ3球目 担当:丸山 (定員:6名) 試合基礎 担当:米澤	4日 課題特訓 担当:河又 (定員:6名) バックハンド 担当:丸山 (定員:6名) U-12 担当:米澤	5日 課題特訓 担当:加藤 (定員:6名) 課題特訓 担当:丸山 (定員:6名) 回転の理解 担当:武田	6日 課題特訓 担当:田中 (定員:6名) ツッツキ 担当:田中 (定員:6名) 両ハンド 担当:丸山 (定員:6名) 試合基礎 担当:米澤	7日 セルフユーズ (サポート付) 課題特訓 担当:米澤 (定員:6名) レシーブ4球目 担当:丸山 (定員:6名) U-12 担当:米澤	8日 課題特訓 担当:米澤 (定員:6名) VIRGO練習会 11時~/12時~ 定員:各8名 基礎技術 担当:武田 (定員:6名)	9日 【ワンランクアッ プ 練習会】 時間:10:00~12:30 料金:2650円
11:00~ 12:50 13:00~ 14:50 15:00~ 16:50	3日 課題特訓 担当:米澤 (定員:6名) バックドライブ 担当:米澤 (定員:6名) サーブ3球目 担当:丸山 (定員:6名) 試合基礎 担当:米澤	4日 課題特訓 担当:河又 (定員:6名) バックハンド 担当:丸山 (定員:6名)	5日 課題特訓 担当:加藤 (定員:6名) 課題特訓 担当:丸山 (定員:6名) 回転の理解 担当:武田	6日 課題特訓 担当:田中 (定員:6名) ツッツキ 担当:田中 (定員:6名) 両ハンド 担当:丸山 (定員:6名) 試合基礎 担当:米澤	7日 セルフユーズ (サポート付) 課題特訓 担当:米澤 (定員:6名) レシーブ4球目 担当:丸山 (定員:6名)	8日 課題特訓 担当:米澤 (定員:6名) VIRGO練習会 11時~/12時~ 定員:各8名 基礎技術 担当:武田 (定員:6名)	9日 【ワンランクアッ プ 練習会】 時間:10:00~12:30 料金:2650円
11:00~ 12:50 13:00~ 14:50 15:00~ 16:50 17:00~ 18:30	3日 課題特訓 担当:米澤 (定員:6名) バックドライブ 担当:米澤 (定員:6名) サーブ3球目 担当:丸山 (定員:6名) 試合基礎 担当:米澤	4日 課題特訓 担当:河又 (定員:6名) バックハンド 担当:丸山 (定員:6名) U-12 担当:米澤	5日 課題特訓 担当:加藤 (定員:6名) 課題特訓 担当:丸山 (定員:6名) 回転の理解 担当:武田	6日 課題特訓 担当:田中 (定員:6名) ツッツキ 担当:田中 (定員:6名) 両ハンド 担当:丸山 (定員:6名) 試合基礎 担当:米澤	7日 セルフユーズ (サポート付) 課題特訓 担当:米澤 (定員:6名) レシーブ4球目 担当:丸山 (定員:6名) U-12 担当:米澤	8日 課題特訓 担当:米澤 (定員:6名) VIRGO練習会 11時~/12時~ 定員:各8名 基礎技術 担当:武田 (定員:6名)	9日 【ワンランクアッ プ 練習会】 時間:10:00~12:30 料金:2650円
11:00~ 12:50 13:00~ 14:50 15:00~ 16:50 17:00~ 18:30 19:00~	3日 課題特訓 担当:米澤 (定員:6名) バックドライブ 担当:米澤 (定員:6名) サーブ3球目 担当:丸山 (定員:6名) 試合基礎 担当:米澤	4日 課題特訓 担当:河又 (定員:6名) バックハンド 担当:丸山 (定員:6名) U-12 担当:米澤 中高生&一般	5日 課題特訓 担当:加藤 (定員:6名) 理題特訓 担当:人 (定員:6名) 回転の理解 担当: (定員:6名)	6日 課題特訓 担当:田中 (定員:6名) ツッツキ 担当:田中 (定員:6名) 両ハンド 担当:丸山 (定員:6名) 試合基礎 担当:米澤	7日 セルフユーズ (サポート付) 課題特訓 担当:米澤 (定員:6名) レシーブ4球目 担当:丸山 (定員:6名) U-12 担当:米澤 中高生&一般	8日 課題特訓 担当:米澤 (定員:6名) VIRGO練習会 11時~/12時~ 定員:各8名 基礎技術 担当:武田 (定員:6名)	9日 【ワンランクアッ プ 練習会】 時間:10:00~12:30 料金:2650円
11:00~ 12:50 13:00~ 14:50 15:00~ 16:50 17:00~ 18:30 19:00~	3日 課題特訓 担当:米澤 (定員:6名) バックドライブ 担当:米澤 (定員:6名) サーブ3球目 担当:丸山 (定員:6名) 試合基礎 担当:米澤	4日 課題特訓 担当:河又 (定員:6名) バックハンド 担当:丸山 (定員:6名) U-12 担当:米澤 中高生&一般	5日 課題特訓 担当:加藤 (定員:6名) 課題特訓 担当:丸山 (定員:6名) 回転の理解 担当:武田 (定員:6名)	6日 課題特訓 担当:田中 (定員:6名) ツッツキ 担当:田中 (定員:6名) 両ハンド 担当:丸山 (定員:6名) 試合基礎 担当:米澤	7日 セルフユーズ (サポート付) 課題特訓 担当:米澤 (定員:6名) レシーブ4球目 担当:丸山 (定員:6名) U-12 担当:米澤 中高生&一般	8日 課題特訓 担当:米澤 (定員:6名) VIRGO練習会 11時~/12時~ 定員:各8名 基礎技術 担当:武田 (定員:6名)	9日 【ワンランクアッ プ 練習会】 時間:10:00~12:30 料金:2650円
11:00~ 12:50 13:00~ 14:50 15:00~ 16:50 17:00~ 18:30 19:00~ 21:00	3日 課題特訓 担当:米澤 (定員:6名) バックドライブ 担当:米澤 (定員:6名) サーブ3球目 担当:丸山 (定員:6名) 試合基礎 担当:米澤	4日 課題特訓 担当:河又 (定員:6名) バックハンド 担当:丸山 (定員:6名) U-12 担当:米澤 中高生&一般	5日 課題特訓 担当:加藤 (定員:6名) 理題特訓 担当:人 (定員:6名) 回転の理解 担当: (定員:6名)	6日 課題特訓 担当:田中 (定員:6名) ツッツキ 担当:田中 (定員:6名) 両ハンド 担当:丸山 (定員:6名) 試合基礎 担当:米澤	7日 セルフユーズ (サポート付) 課題特訓 担当:米澤 (定員:6名) レシーブ4球目 担当:丸山 (定員:6名) U-12 担当:米澤 中高生&一般	8日 課題特訓 担当:米澤 (定員:6名) VIRGO練習会 11時~/12時~ 定員:各8名 基礎技術 担当:武田 (定員:6名)	9日 【ワンランクアッ プ 練習会】 時間:10:00~12:30 料金:2650円
11:00~ 12:50 13:00~ 14:50 15:00~ 16:50 17:00~ 18:30 19:00~ 21:00	3日 課題特訓 担当:米澤 (定員:6名) バックドライブ 担当:米澤 (定員:6名) サーブ3球目 担当:丸山 (定員:6名) 試合基礎 担当:米澤	4日 課題特訓 担当:河又 (定員:6名) バックハンド 担当:丸山 (定員:6名) U-12 担当:米澤 中高生&一般	5日 課題特訓 担当:加藤 (定員:6名) 課題特訓 担当:丸山 (定員:6名) 回転の理解 担当:武田 (定員:6名)	6日 課題特訓 担当:田中 (定員:6名) ツッツキ 担当:田中 (定員:6名) 両ハンド 担当:丸山 (定員:6名) 試合基礎 担当:米澤	7日 セルフユーズ (サポート付) 課題特訓 担当:米澤 (定員:6名) レシーブ4球目 担当:丸山 (定員:6名) U-12 担当:米澤 中高生&一般	8日 課題特訓 担当:米澤 (定員:6名) VIRGO練習会 11時~/12時~ 定員:各8名 基礎技術 担当:武田 (定員:6名)	9日 【ワンランクアッ プ 練習会】 時間:10:00~12:30 料金:2650円

2025年3月 団体レッスンスケジュール

	月	火	水	木	金	土	日
	10日	11日	12日	13日	14日	15日	16日
	課題特訓	課題特訓	課題特訓	課題特訓	セルフユーズ	課題特訓	U-12
9:00~10:50	担当:米澤	担当:田中	担当:加藤	担当:田中	(サポート付)	担当:米澤	担当:米澤
	(定員:6名)	(定員:6名)	(定員:6名)	(定員:6名)		(定員:6名)	
11:00~	<u>ブロック</u>	<u>基礎技術</u>	<u>課題特訓</u>	<u>台上処理</u>	課題特訓	<u>VIRGO練習会</u>	初級レッスン
	担当:米澤	担当:田中	担当:丸山	担当:田中	担当:米澤	11時~/12時~	担当:米澤
12:50	(定員:6名)	(定員:6名)	(定員:6名)	(定員:6名)	(定員:6名)	定員:各8名	(定員:6名)
13:00~	<u>サーブ3球目</u>	<u>バックハンド</u>	回転の理解	<u>両ハンド</u>	<u>レシーブ4球目</u>	<u>基礎技術</u>	<u>課題特訓</u>
	担当:丸山	担当:丸山	担当:武田	担当:丸山	担当:丸山	担当:米澤	担当:米澤
14:50	(定員:6名)	(定員:6名)	(定員:6名)	(定員:6名)	(定員:6名)	(定員:6名)	(定員:6名)
15:00~ 16:50	<u>試合基礎</u> 担当:米澤			<u>試合基礎</u> 担当:米澤			
17:00~	U-12	U-12		U-12	U-12		
18:30	担当:米澤	担当:米澤		担当:米澤	担当:米澤		
19:00~		中高生&一般			中高生&一般		
21:00		担当:武田			担当:武田		
21:00		担ヨ・政田			担ヨ・政田		
10 : 00 : 20 :			VIRGO				
18:00~20:			ナイト練習				
50							

	月	火	水	木祝	金	土	B
	17日	18日	19日	20日	21日	22日	23日
9:00~10:50	<u>課題特訓</u> 担当:米澤 (定員:6名)	課題特訓 担当:田中 (定員:6名)	<u>課題特訓</u> 担当:加藤 (定員:6名)	<u>課題特訓</u> 担当:田中 (定員:6名)	セルフユーズ (サポート付)	課題特訓 担当:米澤 (定員:6名)	U-12 担当:米澤
11:00~ 12:50	<u>バックドライブ</u> 担当:米澤 (定員:6名)	<u>基礎技術</u> 担当:河又 (定員:6名)	<u>課題特訓</u> 担当:丸山 (定員:6名)		<u>課題特訓</u> 担当:米澤 (定員:6名)	VIRGO練習会 11時~/12時~ 定員:各8名	初級レッスン 担当:米澤 (定員:6名)
13:00~ 14:50	<u>サーブ3球目</u> 担当:丸山 (定員:6名)	<u>バックハンド</u> 担当:丸山 (定員:6名)	<u>回転の理解</u> 担当:武田 (定員:6名)		<u>レシーブ4球目</u> 担当:丸山 (定員:6名)	<u>基礎技術</u> 担当:武田 (定員:6名)	<u>課題特訓</u> 担当:米澤 (定員:6名)
15:00~ 16:50	<u>試合基礎</u> 担当:米澤			<u>試合基礎</u> 担当:米澤		VIRGO ナイト練習	
17:00~ 18:30	U-12 担当:米澤	U-12 担当:米澤		U-12 担当:米澤	U-12 担当:米澤	15:00~18:00	
19:00~ 21:00		中高生&一般 担当:武田			中高生&一般 担当:武田		
18:00~20: 50			VIRGO ナイト練習				

2025年3月 団体レッスンスケジュール

	月	火	水	木	金	土	Ħ
	24日	25日	26日	27日	28日	29日	30日
9:00~10:50	<u>課題特訓</u> 担当:米澤 (定員:6名)	<u>課題特訓</u> 担当:田中 (定員:6名)	<u>課題特訓</u> 担当:加藤 (定員:6名)	<u>課題特訓</u> 担当:田中 (定員:6名)	セルフユーズ (サポート付)	<u>課題特訓</u> 担当:米澤 (定員:6名)	U-12 担当:米澤
11:00~ 12:50	<u>ブロック</u> 担当:米澤 (定員:6名)	<u>基礎技術</u> 担当:田中 (定員:6名)	<u>課題特訓</u> 担当:丸山 (定員:6名)	<u>台上処理</u> 担当:田中 (定員:6名)	課題特訓 担当:米澤 (定員:6名)	<u>VIRGO練習会</u> 11時~/12時~ 定員:各8名	初級レッスン 担当:米澤 (定員:6名)
13:00~ 14:50	サーブ3球目 担当:丸山 (定員:6名)	<u>バックハンド</u> 担当:丸山 (定員:6名)	回転の理解 担当:武田 (定員:6名)	<u>両ハンド</u> 担当:丸山 (定員:6名)	<u>レシーブ4球目</u> 担当:丸山 (定員:6名)	<u>『下回転に対する</u> <u>ドライブ』</u> _{定員: 20名 _{担当: 武田・田中}}	課題特訓 担当:米澤 (定員:6名)
15:00~ 16:50	<u>試合基礎</u> 担当:米澤			<u>試合基礎</u> 担当:米澤		料金: 3300円 時間: 13:00~15:50	
17:00~ 18:30	U-12 担当:米澤	U-12 担当:米澤		U-12 担当:米澤	U-12 担当:米澤	ナイト練習 15:50〜18:00	
19:00~ 21:00		中高生&一般 担当:武田			中高生&一般 担当:武田		
18:00~20: 50			VIRGO ナイト練習				

	月
	31日
9:00~10:50	
11:00~	
12:50 13:00~	
14.50	
15:00~	
16:50	
17:00~	
18:30	
19:00~	
21:00	
18:00~20: 50	