

2026年4月 個人レッスンスケジュール

【お知らせ】

◆森田・加藤・河又・金氏コーチ・・・50分／5,600円

◆武田・丸山・米澤コーチ・・・50分／5100円（期限内チケット提示で4100円）

武田俊夫コーチ

	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	火	水	木
	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
9:00~																														
10:00				○							○							○							○					
11:00				○							○							○							○					
12:00				○							○							○							○					
13:00		○					○		○		○			○		○				○		○		○			○		○	
14:00		○					○		○		○			○		○				○		○		○			○		○	
15:00	○	○	○				○	○	○	○				○	○	○	○				○	○	○	○				○	○	○
16:00	○	○	○				○	○	○	○				○	○	○	○				○	○	○	○				○	○	○
17:00	○	○	○				○	○	○	○				○	○	○	○				○	○	○	○				○	○	○
18:00	○	○	○				○	○	○	○				○	○	○	○				○	○	○	○				○	○	○
19:00	○	○						○	○						○	○						○	○					○	○	
20:00																														

丸山明彦コーチ

	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	火	水	木
	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
9:00~																														
10:00	○	○	○			○	○	○	○	○			○	○	○	○	○			○	○	○	○	○			○	○		
11:00		○	○			○	○		○	○			○	○		○	○			○	○		○	○			○	○		
12:00		○	○			○	○		○	○			○	○		○	○			○	○		○	○			○	○		
13:00	○							○							○							○								
14:00	○							○							○							○								
15:00	○	○	○			○	○	○	○	○				○	○	○	○				○	○	○	○			○	○		
16:00	○	○	○			○	○	○	○	○				○	○	○	○				○	○	○	○			○	○		
17:00																														
18:00																														
19:00																														
20:00																														

米澤賢コーチ

	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	火	水	木
	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
9:00~		○	○				○		○	○					○	○				○		○	○				○		○	
10:00		○	○				○		○	○					○	○				○		○	○				○		○	
11:00		○		○			○		○						○		○			○		○		○			○		○	
12:00		○					○		○						○					○		○					○		○	
13:00		○	○			○	○		○	○			○		○	○				○	○		○	○			○	○		
14:00		○	○			○	○		○	○			○		○	○				○	○		○	○			○	○		
15:00		○	○			○	○		○	○			○		○	○				○	○		○	○			○	○		
16:00		○	○			○	○		○	○			○		○	○				○	○		○	○			○	○		
17:00																														
18:00																														
19:00		○	○			○			○	○			○		○	○				○		○	○				○		○	
20:00		○	○			○			○	○			○		○	○				○		○	○				○		○	

2026年4月 個人レッスンスケジュール

加藤雅也コーチ

	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	火	水	木
	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
9:00~						○							○							○							○			
10:00						○							○							○							○			
11:00	○					○		○					○		○					○		○					○		○	
12:00	○					○		○					○		○					○		○					○		○	
13:00	○							○							○							○							○	
14:00																														
15:00																														
16:00																														
17:00																														
18:00																														
19:00																														
20:00																														

森田有城コーチ

	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	火	水	木
	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
9:00~						○							○														○			
10:00			○			○				○			○			○			○		○						○			
11:00			○			○				○			○			○			○		○						○			
12:00			○			○				○			○			○			○		○						○			
13:00			○			○				○			○			○			○		○						○			
14:00			○			○				○			○			○			○		○						○			
15:00			○			○				○			○			○			○		○						○			
16:00			○			○				○			○			○			○		○						○			
17:00																														
18:00																														
19:00																														
20:00																														

河又大和コーチ

	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	火	水	木
	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
9:00~							○						○							○							○			
10:00							○	○					○							○	○						○			
11:00								○													○									
12:00								○													○									
13:00		○					○	○	○				○		○					○	○	○						○		
14:00		○						○	○							○					○	○								
15:00		○							○							○						○								
16:00		○							○							○						○								
17:00		○							○							○						○								
18:00																														
19:00																														
20:00																														

金氏祐一コーチ

	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	火	水	木
	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
9:00~					○													○												
10:00					○													○												
11:00					○													○												
12:00					○													○												
13:00																		○												
14:00																		○												
15:00																														
16:00																														
17:00																														
18:00																														
19:00																														
20:00																														

2026年4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】

自主練ノススメ！！

※木曜2コマ目「台上処理とツツキ」⇒『台上技術』と『フットワーク』に変更

- ◆**台上技術**・・・フリックやツツキ、ストップなどの台上技術全般を行います。
- ◆**フットワーク**・・・ハードな物ではなく、基本的な動き方を習得し、ラリーでスムーズに動けるようなフットワークを行います。

				水 1日	木 2日	金 3日	土 4日
9:00~10:50				課題特訓 担当：加藤 (定員:6名)	課題特訓 担当：河又 (定員:6名)		課題特訓 担当 米澤 (定員:6名)
11:00~ 12:50				課題特訓 担当：丸山 (定員:6名)	台上技術 担当：河又 (定員:6名)	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
13:00~ 14:50				回転の理解 担当：武田 (定員：6名)	課題特訓 担当：丸山 (定員：6名)	レシーブ4球目 担当：丸山 (定員：6名)	基礎技術 担当：武田 (定員：6名)
15:00~ 16:50							
17:00~ 18:30					U-12 担当：米澤	U-12 担当：米澤	
19:00~ 21:00						中高生 & 一般 担当：武田	
18:00~20: 50				VIRGO ナイト練習 18:00~20:50			

	日 5日	月 6日	火 7日	水 8日	木 9日	金 10日	土 11日
9:00~10:50	U-12 担当：米澤	課題特訓 担当：米澤 (定員:6名)		課題特訓 担当：加藤 (定員:6名)	課題特訓 担当：河又 (定員:6名)		
11:00~ 12:50	課題特訓 担当：米澤 (定員:6名)	試合基礎 担当：米澤 (定員:6名)	課題特訓 担当：河又 (定員:6名)	課題特訓 担当：丸山 (定員:6名)	フットワーク 担当：河又 (定員:6名)	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
13:00~ 14:50	課題特訓 担当：金氏 (定員:6名)	サーブ3球目 担当：丸山 (定員：6名)	両ハンド 担当：丸山 (定員：6名)	回転の理解 担当：武田 (定員：6名)	課題特訓 担当：丸山 (定員：6名)	レシーブ4球目 担当：丸山 (定員：6名)	
15:00~ 16:50							j
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	
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 18:00~20:50			

2026年4月 団体レッスンスケジュール

	日	月	火	水	木	金	土
	12日	13日	14日	15日	16日	17日	18日
9:00~10:50	U-12 担当：米澤	課題特訓 担当：米澤 (定員:6名)	課題特訓 担当：田中 (定員:6名)	課題特訓 担当：加藤 (定員:6名)	課題特訓 担当：河又 (定員:6名)		課題特訓 担当 米澤 (定員:6名)
11:00~ 12:50	課題特訓 担当：米澤 (定員:6名)	異質対策 担当：米澤 (定員:6名)	課題特訓 担当：河又 (定員:6名)	課題特訓 担当：丸山 (定員:6名)	台上技術 担当：河又 (定員:6名)	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
13:00~ 14:50		サーブ3球目 担当：丸山 (定員：6名)	両ハンド 担当：丸山 (定員：6名)	回転の理解 担当：武田 (定員：6名)	課題特訓 担当：丸山 (定員：6名)	レシーブ4球目 担当：丸山 (定員：6名)	基礎技術 担当：武田 (定員：6名)
15:00~ 16:50							
17:00~ 18:30		U-12 担当：米澤			U-12 担当：米澤	U-12 担当：米澤	
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 18:00~20:50			
	日	月	火	水	木	金	土
	19日	20日	21日	22日	23日	24日	25日
9:00~10:50	U-12 担当：米澤	課題特訓 担当：米澤 (定員:6名)	課題特訓 担当：田中 (定員:6名)	課題特訓 担当：加藤 (定員:6名)	課題特訓 担当：河又 (定員:6名)		課題特訓 担当 米澤 (定員:6名)
11:00~ 12:50	課題特訓 担当：米澤 (定員:6名)	ドライブ特訓 担当：米澤 (定員:6名)	課題特訓 担当：河又 (定員:6名)	課題特訓 担当：丸山 (定員:6名)	フットワーク 担当：河又 (定員:6名)	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
13:00~ 14:50		サーブ3球目 担当：丸山 (定員：6名)	両ハンド 担当：丸山 (定員：6名)	回転の理解 担当：武田 (定員：6名)	課題特訓 担当：丸山 (定員：6名)	レシーブ4球目 担当：丸山 (定員：6名)	
15:00~ 16:50							j
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	
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 18:00~20:50			
	日	月	火	水祝	木		
	26日	27日	28日	29日	30日		
9:00~10:50	U-12 担当：米澤	課題特訓 担当：米澤 (定員:6名)	課題特訓 担当：田中 (定員:6名)	課題特訓 担当：加藤 (定員:6名)			
11:00~ 12:50	課題特訓 担当：米澤 (定員:6名)	試合基礎 担当：米澤 (定員:6名)	課題特訓 担当：河又 (定員:6名)				
13:00~ 14:50		サーブ3球目 担当：丸山 (定員：6名)	両ハンド 担当：丸山 (定員：6名)	回転の理解 担当：武田 (定員：6名)			
15:00~ 16:50							
17:00~ 18:30		U-12 担当：米澤	U-12 担当：米澤		U-12 担当：米澤		
19:00~ 21:00			中高生 & 一般 担当：武田				
18:00~20: 50				VIRGO ナイト練習 18:00~20:50			

【レッスン料金一覧】 ※全て税込

【成人団体】	◆単発	2,650円
	◆月4回	8,600円
	◆月9回	17,300円
	◆3カ月有効12回	25,800円
	※体験レッスン（1回）	1000円
U-12クラス	◆単発	1,600円
	◆月4回	5,400円
	◆月8回	9,800円
	◆月12回	13,200円
	※体験レッスン(最大4回)	無料
中高生&一般	◆単発（成人料金）	2,650円 <small>※成人・一般の方は、都度2650円</small>
	◆月4回（中高生料金）	6,400円
	◆月8回（中高生料金）	8,800円
	※体験レッスン(1回)	1,000円
	※チケット使用不可	
ナイト練習	◆1コマ50分	1,100円
VIRGO練習会	◆1時間／2時間	600円／1,100円
セルフユーズ	◆マシン（50分）	1,000円
	◆サーブ練習（50分）	700円
.....		
冷房代	◆成人団体レッスン1回につき	100円
	【夏期：7～10月／冬期：12～2月のみ】	
駐車場代	◆～2時間半	200円
	◆2時間半～5時間	400円
	◆～7時間半	600円