

2026年2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

	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			
	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			
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

	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			
	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			
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

	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			
	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			
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2月

個人レッスンスケジュール

加藤雅也コーチ

	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			
	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			
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

	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			
	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			
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

	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			
	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			
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

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

田辺和也コーチ

2026年2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。

	日	月	火	水	木	金	土
	1日	2日	3日	4日	5日	6日	7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：田中 (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)	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	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2月 団体レッスンスケジュール

	日	月	火	水祝	木	金	土
	8日	9日	10日	11日	12日	13日	14日
9:00~10:50	U-12 担当：田中	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：田中 (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		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)	じえ
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	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							

	日	月	火	水	木	金	土
	15日	16日	17日	18日	19日	20日	21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：金氏 (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	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)	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			

2026年2月 団体レッスンスケジュール

	日	月祝	火	水	木	金	土
	22日	23日	24日	25日	26日	27日	28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)		
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			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)	ラージボール特訓 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：田中 (定員：6名)
15:00~ 16:50							じえ
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			

【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ヵ月有効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	2,650円
◆月 4 回	6,400円
◆月 8 回	8,800円
※体験レッスン(1回)	1,000円

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