

2024年5月 団体レッスンスケジュール

【お知らせ】

◆5/18（土）横須賀アリーナにてVIRGO主催のP4マッチが開催されます。そのため18日は終日閉館いたします。

◆VIRGO練習会の定員8名⇒10名に増員しました。また、日曜の時間帯を13：00～に変更いたしました。
5月のVIRGO練習会は、5/4.5.11.19.25の5回となります。

	月	火	水	木	金	土	日
			1日	2日	3日	4日	5日
9:00~10:50			課題特訓 担当：加藤 (定員:6名)	課題特訓 担当：田中 (定員:6名)	セルフユーズ (7台)	課題特訓 担当：田中 (定員:6名)	セルフユーズ (6台)
11:00~ 12:50			課題特訓 担当：丸山 (定員:6名)	課題特訓 担当：田中 (定員:6名)	セルフユーズ (7台)	VIRGO練習会 11時~/12時~ 定員：各10名	セルフユーズ (6台)
13:00~ 14:50			ツッツキ&ドライ ブ担当：武田 (定員：6名)	両ハンド 担当：丸山 (定員：6名)	セルフユーズ (7台)	基礎技術 担当：田中 (定員：6名)	VIRGO練習会 13時~/14時~ 定員：各10名
15:00~ 16:50				試合基礎 担当：米澤	セルフユーズ (7台)		
17:00~ 18:30				U-12 担当：米澤	セルフユーズ (7台)		
19:00~ 21:00					U-18・成人 担当：武田		
	月	火	水	木	金	土	日
	6日	7日	8日	9日	10日	11日	12日
9:00~10:50	セルフユーズ (6台)	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：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	セルフユーズ (6台)	ビギナー 担当：田中 (定員：6名)	課題特訓 担当：丸山 (定員:6名)	課題特訓 担当：田中 (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10名	ビギナー 担当：米澤 (定員：6名)
13:00~ 14:50	セルフユーズ (6台)	スキルアップ 担当：丸山 (定員：6名)		両ハンド 担当：丸山 (定員：6名)	バックハンド 担当：丸山 (定員：6名)	基礎技術 担当：武田 (定員：6名)	課題特訓 担当：米澤 (定員:6名)
15:00~ 16:50	セルフユーズ (6台)			試合基礎 担当：米澤			
17:00~ 18:30	セルフユーズ (6台)	U-12 担当：米澤		U-12 担当：米澤	U-12 担当：米澤		
19:00~ 21:00		U-18・成人 担当：武田			U-18・成人 担当：武田		

2024年5月 団体レッスンスケジュール

	月	火	水	木	金	土	日
	13日	14日	15日	16日	17日	18日	19日
9:00~10:50	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：田中 (定員:6名)	セルフユーズ (サポート付)	P4マッチのため終日休館	U-12 担当：米澤
11:00~ 12:50	課題特訓 担当：米澤 (定員:6名)	ビギナー 担当：田中 (定員:6名)	課題特訓 担当：丸山 (定員:6名)	課題特訓 担当：田中 (定員:6名)	課題特訓 担当：米澤 (定員:6名)		ビギナー 担当：米澤 (定員:6名)
13:00~ 14:50	サーブ&レシーブ 担当：丸山 (定員:6名)	スキルアップ 担当：丸山 (定員:6名)	ツッツキ&ドライ 担当：武田 (定員:6名)	両ハンド 担当：丸山 (定員:6名)	バックハンド 担当：丸山 (定員:6名)		VIRGO練習会 13時~/14時~ 定員:各10名
15:00~ 16:50	試合基礎 担当：米澤			試合基礎 担当：米澤			
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		U-18・成人 担当：武田			U-18・成人 担当：武田		
	月	火	水	木	金	土	日
	20日	21日	22日	23日	24日	25日	26日
9:00~10:50	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：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	課題特訓 担当：米澤 (定員:6名)	ビギナー 担当：田中 (定員:6名)	課題特訓 担当：丸山 (定員:6名)	課題特訓 担当：田中 (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10名	ビギナー 担当：米澤 (定員:6名)
13:00~ 14:50	サーブ&レシーブ 担当：丸山 (定員:6名)	スキルアップ 担当：丸山 (定員:6名)	ツッツキ&ドライ 担当：武田 (定員:6名)	両ハンド 担当：丸山 (定員:6名)	バックハンド 担当：丸山 (定員:6名)	基礎技術 担当：武田 (定員:6名)	課題特訓 担当：米澤
15:00~ 16:50	試合基礎 担当：米澤			試合基礎 担当：米澤			
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		U-18・成人 担当：武田			U-18・成人 担当：武田		
	月	火	水	木	金		
	27日	28日	29日	30日	31日		
9:00~10:50	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：田中 (定員:6名)	セルフユーズ (サポート付)		
11:00~ 12:50	課題特訓 担当：米澤 (定員:6名)	ビギナー 担当：田中 (定員:6名)	課題特訓 担当：丸山 (定員:6名)	課題特訓 担当：田中 (定員:6名)	課題特訓 担当：米澤 (定員:6名)		
13:00~ 14:50	サーブ&レシーブ 担当：丸山 (定員:6名)	スキルアップ 担当：丸山 (定員:6名)	ツッツキ&ドライ 担当：武田 (定員:6名)	両ハンド 担当：丸山 (定員:6名)	バックハンド 担当：丸山 (定員:6名)		
15:00~ 16:50	試合基礎 担当：米澤			試合基礎 担当：米澤			
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		U-18・成人 担当：武田			U-18・成人 担当：武田		

2024年5月 個人レッスンスケジュール

【お知らせ】

- ◆5/18 (土) 横須賀アリーナにてVIRGO主催のP4マッチが開催されます。そのため18日は終日閉館いたします。
- ◆VIRGO練習会の定員8名⇒10名に増員しました。また、日曜の時間帯を13:00～に変更いたしました。
5月のVIRGO練習会は、5/4.5.11.19.25の5回となります。

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	金	
	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				○							○														○							
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	金	
	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	○	○					○	○	○	○			○	○	○	○	○					○	○	○			○	○	○	○	○	
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	金
	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		○					○		○	○			○		○	○						○	○			○		○	○		
11:00		○					○		○				○		○	○						○	○			○		○	○		
12:00		○					○		○				○		○	○						○	○			○		○	○		
13:00		○					○		○	○	○		○	○		○	○					○	○	○		○	○	○	○	○	○
14:00		○					○		○	○	○		○	○		○	○					○	○	○		○	○	○	○	○	○
15:00							○			○	○	○		○		○						○	○	○		○	○	○	○	○	○
16:00							○			○	○	○		○		○						○	○	○		○	○	○	○	○	○
17:00											○	○										○	○			○		○	○		
18:00												○										○	○			○		○	○		
19:00		○					○		○	○			○	○	○	○						○	○	○		○	○	○	○	○	○
20:00		○					○		○	○			○	○	○	○						○	○	○		○	○	○	○	○	○

