

柏の葉インドアテニススクール クラス目安表＜2025.12月～＞

クラスの雰囲気とそのクラスの目的意識をまとめてみました。色分けはクラスの人数を表しています。(下記参照)
スクールに在籍している方は振替の参考に、入会を考えている方はクラス選択の目安にしてください。

最新更新日 2025/11/29

曜日 時間		月	火	水	木	金
A	9:30 10:50	＜中級＞ スマッシュとハイボレーの判断を磨いているクラス	＜初級＞ ショットをメインにしっかり練習しているクラス	＜初級＞ ラリーをしてゲーム形式をやりたいクラス	＜初級＞ 沢山ラリーが出来るクラス	＜初級＞ 少し苦しい展開もしっかり返球したいクラス
B	11:00 12:20	＜中級＞ レシーブからの展開を練習するクラス	＜初級＞ ショットの基本動作を学び、打ち合いを楽しむクラス	＜中級＞ ダブルスコート一面を使った練習をしたいクラス	＜中級＞ ゲームに必要なショットを行うクラス	＜中級＞ ネットプレーでの安定を意識するクラス
C	12:30 13:50	＜初級＞ サイドステップの反復練習をしているクラス	＜中級＞ ゲームに必要な練習を行うクラス	＜中級＞ 平日昼でも男性中心のガッツリクラス	＜初級＞ 少人数で苦手なところを沢山練習出来るクラス	＜中級＞ それぞれの課題を意識しながら練習するクラス
D		＜初心者＞ 今なら基本受け放題！	＜初心者＞ 今なら基本受け放題！	＜初級＞ 楽しさと上達のバランスを取りながらやっているクラス		
Kids	15:30 16:10			＜キッズ＞ 絶賛募集中！！		＜初心者＞ 今なら基本受け放題！
J1	16:30 17:20	＜J1＞ サーブ、レシーブをきかせるクラス	＜J1＞ コートで勝負して上手になろうクラス	＜J1＞ ストロークでひざ曲げを意識しているクラス	＜J1＞ テニスの動き(フットワーク)を練習するクラス	＜J1＞ ラリーしながらもしっかり狙うクラス
J2	17:30 18:20	＜J2＞ 基本から見直し練習するクラス	＜J2＞ コントロールを練習するクラス	＜J2＞ クロスラリーの安定を目指しているクラス	＜J2＞ 試合を中心に練習していくクラス	＜J2＞ 色んなショットを学んでいるクラス
N1	19:00 20:20	＜初級＞ サイド&クロスオーバーバーステップを習得しているクラス	＜J3＞ 軸をぶらさずにストロークを打ちたいクラス	＜シングルス＞ 勝つ為に今は安定感を求めているクラス	＜J3＞ 速いペースのラリーをしながらもミスをするクラス	＜初級＞ ストロークを強化したいクラス
N2	20:30 21:50	＜シングルス＞ ラリーで基礎を作り展開練習をみっちりやるクラス		＜初級＞ ボレークロスラリーを長く続けられるようにしているクラス	＜初級＞ 少人数でたくさん練習できるクラス	＜中級＞ スクールの中級の中ではハイレベルなクラス(男性中心)

曜日 時間		土	日
M	7:30 8:50	＜初級＞ ボレー対ストロークでもつなげられるように頑張るクラス	＜J3＞ サイド&クロスオーバーバーステップを習得しているクラス
A	9:00 10:20	＜初級＞ 軸を意識してショットの安定を高めるクラス	＜中級＞ サイド&クロスオーバーバーステップを習得しているクラス
B	10:30 11:50	＜中級＞ ラリーの中で判断を素早く、正確にするクラス	＜中級＞ 自分の課題をラリーで練習するクラス
C	12:00 13:20	＜初級＞ サイド&クロスオーバーバーステップを習得しているクラス	＜初級＞ 相手の打つボールに対して判断を早くするクラス
D	13:30 14:50	＜初級＞ ラリーを安定させたいクラス	＜初級＞ サイドステップの反復練習をしているクラス
E	15:00 15:50	＜J1＞ サイドステップの反復練習をしているクラス	＜J1＞ ラリーの中で進化するクラス
F	16:00 16:50	＜J2＞ 速いストロークラリーを練習しているクラス	＜J2＞ コントロール、そして球質を磨くクラス

赤字→ 初心者 or キッズクラス

↓ 色分け ↓	↓ 定員 ↓
満員御礼	キッズ 6名
あと1～2名で定員	J1・J2・J3 8名
まだ空きあり	一般 8名
大募集！	シングルス 5名

※クラスの人数の変動により、記述内容や色分けは変動します。