

# m&mテニススクール&ジュニアテニスアカデミータイムスケジュール

火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日		日曜日	
Aコート	Bコート	Aコート	Bコート	Aコート	Bコート	Aコート	Bコート	Aコート	Bコート	Aコート	Bコート
		10:30 ～ 12:00	セカンド			10:30 ～ 12:00	セカンド			9:00 ～ 10:10	J1
		16:00 ～ 17:10	J1		J2	13:30 ～ 15:00	セカンド			9:00 ～ 10:00	K1
17:15 ～ 18:25	J1		J2	16:10 ～ 17:10		13:30 ～ 15:00	ファースト			10:15 ～ 11:15	K2
18:45 ～ 20:15	T1		T2	17:15 ～ 18:25	J1	16:10 ～ 17:10	K2			11:20 ～ 12:30	J2
21:00 ～ 22:30	ミドル		ファースト	18:45 ～ 20:15	T1	17:15 ～ 18:25	J1			11:20 ～ 12:50	T0
		20:20 ～ 21:50	ファースト		セカンド	21:00 ～ 22:30	セカンド	20:20 ～ 22:00	T3	13:30 ～ 17:00	Bチーム 強化練習会
								20:20 ～ 22:00	T3	13:30 ～ 17:00	Aチーム 強化練習会

## m&mテニススクール

### ■一般コース

\* **ファーストクラス** (初心者／基本的な打球動作の習得)

\* **セカンドクラス** (初中級／各種の打球動作の習得)

\* **ミドルクラス** (中上級／ダブルスを理解されていて、テクニック・実践の向上を目指す)

## m&mジュニアテニスアカデミー

### ■キッズコース

4才～8才までの幼児・小児を対象に、体力に応じて柔らかいボールや

ミニラケットを使用して基本的な運動能力開発プログラムで健康な身体を養います。

\* **K1** (初心者／基本的な打球動作を習得) \* **K2** (K1修了者／基本動作の習得)

### ■ジュニアコース

9才以上の小・中学生を対象に、レギュラーボールを使用して総合的な

運動能力開発プログラムを取り入れ、規則を守れる健康な身心を養います。

\* **J1** (初級／基本的な打球動作の習得) \* **J2** (中級／各種の打球動作の習得)

### ■トーナメントコース

トーナメント選手を目指すプレーヤーのためのプログラムで、年齢・レベルに応じて専門的な指導を行います。

\* **T0** (大会初心者)

\* **T1** (大会二、三回戦突破レベル～)

\* **T2** (地区大会上位レベル)

\* **T3** (北信越・全国大会出場レベル)

Aコート		Bコート	
9:00 ～ 10:10	J1	9:00 ～ 10:00	K1
10:05 ～ 11:15		10:05 ～ 11:15	J2
11:20 ～ 12:30	J2	11:20 ～ 12:30	J1
13:30 ～ 17:00			Bチーム 強化練習会
13:50 ～ 14:50	K2	13:40 ～ 14:50	J1
15:00 ～ 16:10	J1	15:00 ～ 16:10	J2
16:15 ～ 17:45	T1	16:15 ～ 17:45	T0
18:45 ～ 20:15		18:05 ～ 19:35	T2
20:20 ～ 21:50		19:40 ～ 22:00	T3
			ミドル