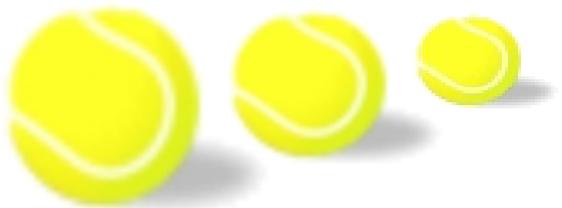


SELFISH レディース



少人数レッスンで
必ず強くなる!

@ユニテッドスタジアム芦屋
NPO法人芦屋市スポーツ協会・
SELFISH協働事業

@芦屋公園テニスコート
芦屋公園指定管理者
芦屋ローンテニス・双葉連合事業体主催

時間割

	水	木	金
9:40~11:50 @スタジアム	スタジアムにて『上達クラス』(60分)開講中!		
12:00~13:30 @スタジアム	ゲーム実践 コーチ 松崎	ゲーム実践 コーチ 松崎	ゲーム実践 コーチ 広門
15:00~16:30 @芦屋公園	レディース実践 コーチ 松崎		レディース入門 コーチ 広門
16:30~17:20 @芦屋公園	テーマ集中 コーチ 広門		テーマ集中 コーチ 広門

* 施設間での相互振替可能です。(振替回数制限なし)

* 受講者が1名の場合は、時間が半分になります。

* テーマ集中は受講者が1名の場合は中止、2~3名の場合は25分となります。

クラス表

クラス名	レディース	ゲーム実践	テーマ集中
内容	【入門】レディーステニスの試合の特徴をしっかりと習得するクラス。これから試合に出ようと考えている方、最近試合に出始めた方対象。 【実践】すでに試合に出ていて、もっとステップアップしたい方のためのクラス。自分のテニスの活かし方を追求します。	ゲーム形式を中心としたレッスンです。粘って勝つテニスだけではなく、自分から仕掛けるテニスを目指します。格上に勝つための武器を追求していきます。男性もOKなので、MIXに出ている方にもオススメ。スタジアムの『上達クラス』からも振替可能となっております。	ゲームの中で使えるショットを、球出しやワンポイントレッスンの中で身に付けるクラス。レッスン開始時にリクエストも可能。基本は球出しなので、レベル差関係なく自分のショットに打ち込めます。単発1,000円でお申し込みください。1/3回分での振替も可能です。
定員	6名		10名
月会費	¥12,000-/4回 (振替持越しは4回まで)		単発受講のみ
追加受講	1回3,000円 回数券はありません		1/3回分で振替可



申込み・問い合わせ

amatennis-usatc@yahoo.co.jp

もしくは 050-7116-5993まで
SELFISH 松崎 謙一郎