

# おとなクラス タイムスケジュール

時間	月曜日			火曜日			水曜日			木曜日			金曜日		
				初級	初中級		初級	初中級		初級	初中級		初中級	中級	
9:30~11:00				初級	初中級		初級	初中級		初級	初中級		初中級	中級	
11:10~12:40				初級	初中級		初級	中級		中級		はじめて	初級	中級	はじめて
12:50~14:20				初中級	中級		中級	中上級		初中級	中級		初中級	中級	
14:30~15:20				シニア			シニア			シニア		はじめて	シニア		
19:40~21:00				初級	中上級	はじめて	初中級	中上級	はじめて	初中級	中級		初級	中級	
21:10~22:30				初級	初中級		中級	上級		中級	上級		初中級	中上級	

時間	土曜日			日曜日		
				初級	初中級	
8:30~9:50	初級	初中級		初級	初中級	
10:00~11:20	初級	初中級		初級	初中級	
11:30~12:50	初級	中級		初中級	中級	
13:00~14:20	初級	中上級		初級	中級	はじめて
14:30~15:50	初級	中級	はじめて	初中級		

19:30~20:50	初級	中級	
21:00~22:20	初中級	中上級	

レベルの目安	
はじめて	全クラケットを握ったことのない方。初級クラスでも心配な方のクラス
初級	基本フォームを習得し、簡単なラリーがつながる楽しさを覚えるクラス
初中級	基本フォームを確認しながら、ゲームでの動き方を覚えるクラス
中級	ラリーやゲームの中で、各ショットを使いこなすクラス
中上級	ネットプレイを中心に、ゲームを組み立て、ゲームの駆け引きを覚えるクラス
シニア	65歳以上の方のためのクラス。健康維持にどうぞ。