

クラス編成

コース	クラス	対象	指導内容
一般	デビュー	初めてラケットを握る方	テニスの基本を楽しくレッスン
	初心・初級	コーチが相手だと少しラリーができる方	基本の確認とラリーができるように
	初級	ラリーが続き、簡単なゲームができる方	基本の復習とゲームができるように
	初中級	ネットプレーも少しできる方	基本のレベルアップと雁行陣でゲームができる様に
	中級	安定したストロークとボレーができる方	ネットプレーのレベルアップと並行陣でのゲームができるように
	中上級	状況に応じた各ショットの打てる方	各ショットの使い方やゲームのかけひきを覚えましょう
	中高生	中学生・高校生	レベルに応じてゲームができるように
ジュニア	ジュニア	5歳～1年生	スポンジボールを使用・ラケットとボールを使った神経系の発達
	ジュニア	2年生～3年生	メルトンボールを使用・基本動作と神経系のスキル
	ジュニア	3年生～4年生	レギュラーボールを使用・基本動作と心肺系の発達
	ジュニア	5年生～6年生	レギュラーボールを使用・テニスの基本習得と心肺系のスキル
トーナメント	フレッシュ トーナメント	草トーナメントデビューの方	ショットの使い方やポジション・フォーメーションなど
	エキスパート トーナメント	関西レディースC級以上又は同レベルの方	試合に必要な戦術や戦略