

【2023年9月期 9/01~9/30】 アッセンブル大宮 スクールスケジュール

コート	月		火		水		木		金		コート	土		日		
	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B		A	B			
07:30-08:50							休館日				07:30-08:50					
09:00-10:20			初心者 倉持		初心者 倉持							09:00-10:20		ジュニアA 倉持	初中級 倉持	
10:30-11:50			初級 倉持		初級 倉持							10:30-11:50	初級 倉持		初級 倉持	
12:00-13:00			体験レッスン 12:00-13:00		体験レッスン 12:00-13:00							12:00-13:00	体験レッスン 12:00-13:00		体験レッスン 12:00-13:00	
16:30-17:30		ジュニアC 倉持		ジュニアC 倉持								13:00-				
17:30-18:50		ジュニアB 倉持		ジュニアA 倉持												
18:00-19:00						ジュニアC 倉持										
19:15-20:35	初級 倉持		初心者 倉持		初級 倉持											
20:40-22:00	初中級 倉持		初級 倉持									22:00				

《クラス紹介》

クラス	対象	クラスの特徴
体験レッスン	パデルが初めての方	パデルが初めての方はこちらから！パデルの楽しさ・魅力を精一杯お伝えします！一緒にパデルを楽しみましょう！
初心者	ラケットスポーツ未経験の方 基礎からゆっくり教わりたい方	ラリーの安定を目指し、パデルの基本ショットを練習します。ラケット・ボール・カベに慣れましょう！ルールをレクチャーしながら試合にもチャレンジします。
初級	ラリーができる方 テニス初中級以上の方	壁を使ったストレートラリーの安定を目指し、レボテ・ネットプレーを中心に練習します。試合のポジションや配球もレクチャーいたします。
初中級	壁を使ったストレートラリーが安定してきた方 テニス中級以上で速いペースでラリーができる方	壁を使ったクロスラリーをベースにドブレ・ネットプレーを練習します。各ショットの精度向上が目標です。
ジュニアC	小学校低学年対象	パデルの各ショットを練習し、運動能力向上を目指します。ラケット・ボール・カベに慣れましょう！楽しくゲームをしながらルールもレクチャーします。
ジュニアB	小学校高学年～中学生対象（初級）	パデルコート全体で試合ができるよう目指します。まずはミニコートでルールやショットを覚えながらパデルを楽しく練習します。
ジュニアA	小学校高学年～中学生対象（中級）	フルサイズコートでの練習を中心にいきます。試合に勝てるように各ショットの精度向上を目指します。

《準備中》

中級	—	—
中上級	—	—
上級	—	—
キッズ	幼稚園年中～幼稚園年長	ラケット・ボール・カベを使い、基本運動能力(走る・回る・投げる・避ける・跳ぶ)の向上を目指します。パデルを楽しみましょう！