

## 【2025年1月期 01/01～01/31】 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			
09:00-10:20											09:00-10:20		ジュニアA 小野塚	初中級 久留		
10:30-11:50											10:30-11:50		初級 小野塚	初級 久留		
12:00-13:00											12:00-13:00		体験レッスン 12:00-13:00	初心者 久留		
16:30-17:30											13:00-					
17:30-18:50		ジュニアB 岩本														
18:30-19:50							初級 久留									
18:30-20:30					Jr. Academy 久留				Jr. Academy 久留							
19:15-20:35	初級 岩本			ジュニアA 久留		初級 岩本		ジュニアA 伊藤								
20:40-22:00	初中級 岩本		初級 久留		中級 久留	初中級 岩本	初級 久留		中級 久留			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。
中級	クロスラリーで壁を使ったラリーが安定してきた方	各ショットの精度を上げつつ、パデルの全ショットにチャレンジします。
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み練習します。
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行います。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。
Jr. Academy	小学校高学年～中学生対象（上級）	現在試合に出場している、また今後試合への出場を目指すジュニアを対象に、より精度の高いショットや戦術をレクチャーします。

### 《準備中》

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！