

2019 サマー短期スクール 「あなたの悩みを深掘りします！！」

区分	対象	定員	時間	料金		備考
一般クラス	初心者～上級	6名	80分	スクール生、宿泊者、SPMC会員	2,160円	一般 3,240円 振替不可

		8月11日(日)		8月12日(月祝)		8月13日(火)			8月14日(水)			8月15日(木)			8月16日(金)			8月17日(土)			
コート		A	B	A	B	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C	コート	A	B	C
10:00		サーブ&リターン 初級以上		ラリーの安定 初心者のみ	ダブルス形式練習 中級以上	ストローク 初級以上	フォアハンドストローク 中級以上		ストローク 初級以上	ポーチポレーとスマッシュ 中級以上		ポレー 初級以上	フォアハンドストローク 中級以上		ストロークの基本 初級以上	サーブ&ポレー 中級以上		9:30	基本 初心者のみ	サーブ安定からラリー 初級以上	ラリーメインの形式練習 中級以上
11:20		大石		河田	重山	井口	熊谷		又木	熊谷		又木	熊谷		熊谷	井口		10:50	井口	河田	熊谷
11:30		ストローク基本&ゲーム 初級以上	高い打点のストローク 中級以上	ストローク基本 初級以上	高い打点のストローク 中級以上	ストローク 初級以上	バックハンドストローク 中級以上		ポレーの基本 初級以上	ダブルス形式練習 中級以上		サーブ 初級以上	ダブルス形式練習 中級以上		ポレー 初級以上	ポーチポレーとスマッシュ 中級以上		11:00	ストローク 初級以上	ポレーの基本 初級以上	ポレー対ストローク 中級以上
12:50		大石	河田	重山	河田	井口	熊谷		熊谷	又木		熊谷	又木		井口	熊谷		12:20	井口	熊谷	河田
14:00		ラリーの安定 初級以上	打クラス&動画撮影 全クラス	ストロークのコース打分け 初級以上	ポレー基本 初級 初級中級	ポレー 初級以上	ストロークの基本 初級以上	ダブルス形式練習 中級以上	ストローク 初級以上	ポレー 初級以上	サーブ 中級以上	ダブルス形式練習 初級以上	ポレー 中級以上	バックハンドストローク 中級以上	基本 初心者のみ	サーブ 初級 初級中級	ダブルス形式練習 中級以上	12:30	サーブ 初級以上	高い打点のストローク 中級以上	ポレー 中級以上
15:20		河田	大石	河田	重山	井口	熊谷	又木	井口	又木	熊谷	中原	又木	熊谷	井口	熊谷	又木	13:50	熊谷	河田	井口
19:00						ストローク 初級以上	ポーチポレーとスマッシュ 中級 中上級		ストロークサーブ 初心者のみ	ラリーメインの形式練習 中級 中上級		ストローク基本 初級 初級中級	アプローチ→平行陣 中級以上		ポレーのコース打分け 初級以上	ダブルス形式練習 中級以上		14:00	ストロークの基本 初級以上	ポレー対ストローク 中級以上	
20:20						又木	熊谷		中原	熊谷		重山	大石		河田	又木		15:20	中原	大石	
20:30						ポレー 初級以上	サーブ 中級以上		ネットプレー 初級以上	ラリーメインの形式練習 中級以上		ストローク基本&ゲーム 初級以上	ダブルス形式練習 中級以上		ストロークのコース打分け 初級以上	ポレー 中級以上		15:30	サーブ強化&ゲーム 初級以上	ダブルス形式練習 中級以上	
21:50						又木	熊谷		中原	熊谷		大石	重山		河田	又木		16:50	大石	中原	

2019 サマー短期スクール
「あなたの悩みを深掘りします！！」

区分	対象	定員	時間	料金		備考
一般クラス	初心者～上級	6名	80分	スクール生、宿泊者、SPMC会員	2,160円	一般 3,240円 振替不可

		8月25日(日)		8月26日(月)		8月27日(火)		8月28日(水)		8月29日(木)		8月30日(金)		8月31日(土)		
コート		A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	コート	A	B
10:00	ダブルス 平行陣 初級以上					基本 初心者のみ		ストローク& ゲーム 初級以上		ポレーヤーに 対しての ストローク 中級以上		サーブスダッ シュからラ リー形式 中級以上		9:30	ストローク 初級以上	フォアハンド ストローク 中級以上
11:20	大石					井口		大石		河田		河田		10:50	又木	熊谷
11:30	ストローク 基本 &ゲーム 初級以上	サーブスダッ シュからラ リー形式 中級以上				ストローク& サーブ 初級以上		ダブルス 平行陣 中級以上		ラリーの 安定 初心者のみ		ダブルス形式 初級以上		11:00	サーブ 初級以上	ダブルス 形式練習 中級以上
12:50	大石	河田				井口		大石		河田		河田		12:20	熊谷	又木
14:00	ダブルス 形式 初級以上	打クラス& 動画撮影 全クラス	サーブの 安定から ラリー形式 初級以上			サーブ& ポレー 中級以上		サーブ& リターン 中級以上		深くつなぐ クロスポレー 初級以上		決めの ポレー 初級以上		12:30	ポレー 初級以上	バックハンド ストローク 中級以上
15:20	河田	大石	河田			井口		大石		河田		河田		13:50	又木	熊谷
19:00			高い打点の ストローク 初級以上			ポレー 初級以上	ストローク の基本 中級以上	ダブルスの 形式練習 初級～ 初級	サーブ 中級以上	ストローク 基本 &ゲーム 初心者のみ	ダブルス 形式練習 中級以上	ストローク 基本 初級以上	ダブルス 形式練習 中級以上	14:00	ストロークの コース打分け 初級以上	ネットプレー 中級以上
20:20			河田			又木	熊谷	中原	熊谷	大石	重山	重山	又木	15:20	河田	井口
20:30			サーブスダッ シュからラ リー形式 中級以上			ストローク 初級以上	ポレーの 基本 中級以上	ストローク・ サーブ 初級以上	ラリー メインの 形式練習 上級	ポレー基本 &ゲーム 初級以上	ひたすら 球出し 全クラス	ポレー 初級以上	ひたすら 球出し 全クラス	15:30	ポレー 初級以上	ポレーヤーに 対しての ストローク 中級以上
21:50			河田			又木	熊谷	中原	熊谷	大石	重山	又木	重山	16:50	井口	河田
														17:00	深くつなぐ クロスポレー 中級以上	
														18:20	河田	

シーガイアテニスアカデミー

完全予約制
TEL 0985(21)1311

2019ジュニア短期スクール

目的 ショットのレベルアップ
内容 基本練習・応用練習

「振替可能なので、この機会にガンガン練習して
友達に差をつけよう！！」

実施日	定員	時間	対象	金額(税込)	担当
8月12日(月)	10	11:30~12:50	J2・J3・J4	※振替可 スクール生/宿泊者/SPMC会員 J1 1,350円 J2・J3・J4 2,160円 一般 J1 2,430円 J2・J3・J4 3,240円	西
8月13日(火)	10	10:00~11:20	J2・J3・J4		西
8月14日(水)	8	17:30~18:30	J1		中原
	10	17:30~18:50	J2・J3・J4		井口
8月15日(木)	8	17:30~18:30	J1		大石
	10	17:30~18:50	J2・J3・J4		中原
8月16日(金)	10	10:00~11:20	J2・J3・J4		西
	8	17:30~18:30	J1		大石
8月17日(土)	10	11:00~12:20	J2・J3・J4		西
8月25日(日)	10	11:30~12:50	J2・J3・J4		西
8月26日(月)	10	11:00~12:20	J2・J3・J4		西