

# 1月イベント表



## シーガイアテニスアカデミー

★各イベントは振替で受講できます ★完全予約制

TEL. **0985-21-1311**

実施日	イベント名	内容	定員	時間	対象	料金	担当	コート
1月1日(元日)	新春テニス	ダブルスゲーム練習 (15分間マッチ)	30名	9:00~12:00	全クラス	スクール生 1,620円 一般 2,160円	河田	インドア4面
1月10日(木)	下半身強化テニトレ& グラウンドストローク・ボレー	テニスに必要なトレーニング及び 筋膜リリース(40分)、 ショット別レッスン(40分)	10名	20:30~21:50	全クラス	スクール生 1,620円 一般 2,160円	河田	下半身強化テニトレ クラブハウス2F グラウンドストローク・ボレー インドア 1面
1月12日(土)	ナイトテニス	ダブルスゲーム練習 (15分間マッチ)	30名 ※最小催行人数4名	通常(8名以上)の場合 20:00~23:00 4~7名の場合 20:00~21:30	全クラス	通常 スクール生 1,620円 一般 2,160円 4~7名 スクール生 810円 一般 1,080円	大石	インドア4面
1月13日(日)	早朝テニス	ダブルスゲーム練習 (15分間マッチ)	30名	6:45~9:45	全クラス	スクール生 1,620円 一般 2,160円	河田	インドア4面
1月13日(日)	ヨガ	気軽にヨガレッスンが受講できます 強くしなやかな身体作りで 健康寿命アップ	なし	16:00~17:00	自由参加 どなたでもOK!	スクール生・メンバー 500円 スクール生家族 1,000円 一般 2,000円	ヨガ 講師	クラブハウス2階
1月24日(木)	バランスボールテニトレ& サーブ・レシーブ	テニスに必要なトレーニング及び 筋膜リリース(40分)、 ショット別レッスン(40分)	10名	20:30~21:50	全クラス	スクール生 1,620円 一般 2,160円	河田	バランスボールテニトレ クラブハウス2F サーブ・レシーブ インドア 1面
1月26日(土)	ナイトテニス	ダブルスゲーム練習 (15分間マッチ)	30名 ※最小催行人数4名	通常(8名以上)の場合 20:00~23:00 4~7名の場合 20:00~21:30	全クラス	通常 スクール生 1,620円 一般 2,160円 4~7名 スクール生 810円 一般 1,080円	大石	インドア4面
1月27日(日)	早朝テニス	ダブルスゲーム練習 (15分間マッチ)	30名	6:45~9:45	全クラス	スクール生 1,620円 一般 2,160円	河田	インドア4面
1月27日(日)	ヨガ	気軽にヨガレッスンが受講できます 強くしなやかな身体作りで 健康寿命アップ	なし	16:00~17:00	自由参加 どなたでもOK!	スクール生・メンバー 500円 スクール生家族 1,000円 一般 2,000円	ヨガ 講師	クラブハウス2階