

豊島区立総合体育場で

テニス はじめよう!!!

初心者 超歓迎!! 経験者 大歓迎!!

いきなり入会が不安な方は

無料体験
レッスン
開催中!

通常レッスンにお入り
いただきクラスのやコー
チの雰囲気を感じていた
だけます。レベル診断もさ
せていただきます。
申込は電話にて!

総合体育場は
豊島区のスポーツ施設

総合体育場にはテニスコート4面、野球2面、弓射場(和弓、アーチェリー)や
体育室(卓球、フィットネス教室)などがあります。豊島区民の皆様が気軽に
スポーツを楽しむための施設です。皆さまの総合体育場です。

だれもが手軽に楽しめる
世界共通の生涯スポーツ!



私たちは全世代
の皆さまに無理
なく楽しんでい
ただけるテニス
スクールを目指
しています。
テニスを通して運
動する楽しさ、汗

をかき心地よさ、身体も心もリフレッシュできる心
豊かなテニスライフのサポートを目指しています。

初心者に優しいスクール

だれもが最初は
初心者。慣れてし
まえばなんでもな
いことでも、
ドキドキのテニス
のスタートを日本
体育協会、日本プロ
テニス協会、日本テ
ニス事業協会の公



認資格を持つ経験豊富なコーチングスタッフがバック
アップ!皆様の健康と笑顔をサポートいたします。

いつでも入会可能

レッスンは2ヶ月
が1期となります。
『テニスを始めたい』
と思った時に
随時入会が可能
です。
また、無料の体験
レッスン制度があ
りますので安心して
チャレンジいただけます。



優れたコート環境



砂入人工芝コート
を使用しており
ます。
足・腰・膝に負
担が少なく、ラ
リーが続いてプ
レイしやすいの
が特長です。
アウトドアで気持
ちよくプレーをお
楽しみ下さい。

豊島区立総合体育場 テニススクール 03-3971-0094

〒170-0013 豊島区東池袋 4-41-30 <https://www.toshima-sougoutaiiku.com/index.html>

豊島区立朋有小学校となり JR 大塚駅南口より徒歩 10分 利用時間 8:00 ~ 21:00

いきなり入会が不安な方は

無料体験レッスン開催中!

経験豊富なコーチがサポート!

■ レッスン タイムスケジュール

幼稚園児から大人の方まで楽しんでいただけます。
お好きな曜日と時間からクラスをお選びいただき受講下さい。
定員はJ1は6名、J2は10名、J3と一般は8名迄となります。

	月	火	水	木	金	土	日
1		中上級 9:20~10:50	中上級 9:20~10:50			J2 ジュニア・ツー 9:00~10:15	●レッスンの受講者が1名の場合 ・J1-40分 ・J2-50分 ・J3-60分 ・一般-60分 とさせていただきます。
2		中上級 11:00~12:30	初中級 11:00~12:30	中上級 11:00~12:30	中上級 11:00~12:30	J1 ジュニア・ワン 10:20~11:20	
3		初中級 13:00~14:30	初級 13:00~14:30	初級 13:00~14:30	初中級 13:00~14:30	中上級 11:25~12:55	
4	J1 ジュニア・ワン 15:20~16:20	J1 ジュニア・ワン 15:20~16:20	J1 ジュニア・ワン 15:20~16:20	初中級 14:50~16:20	初中級 14:50~16:20	中上級 13:10~14:40	
5	J2 ジュニア・ツー 16:30~17:45	J2 ジュニア・ツー 16:30~17:45	J2 ジュニア・ツー 16:30~17:45	J2 ジュニア・ツー 16:30~17:45	J2 ジュニア・ツー 16:30~17:45	初中級 14:50~16:20	
6	J3 ジュニア・スリー 17:50~19:20	J3 ジュニア・スリー 17:50~19:20	J3 ジュニア・スリー 17:50~19:20	J3 ジュニア・スリー 17:50~19:20	J3 ジュニア・スリー 17:50~19:20	J2 ジュニア・ツー 16:30~17:45	
7	中上級 19:25~20:55	初中級 19:25~20:55	中上級 19:25~20:55	初中級 19:25~20:55	中上級 19:25~20:55	J3 ジュニア・スリー 17:50~19:20	初中級 17:20~18:50
8	●土7(J3)を除く7と8時間帯が一般ナイタークラスです。					中上級 19:25~20:55	中上級 19:00~20:30

割引

- ファミリー受講割引 ご家族お二人目から10%OFF
- 複数受講割引 2クラス以上受講で2つ目以降は20%OFF
- ※ 同時申込の場合、料金の高い方から、追加の場合は追加分から割引となります。

振替差額

- 一般昼間から一般ナイターへの振替は差額100円が必要です。

■ レッスン内容 と 料金

1期2カ月間の運営です。ご負担のないレベルからスタートして下さい。
ご心配の方はぜひ無料体験レッスンを受講下さい。
ジュニアでは飛びを抑えたボールを利用、すぐにゲームを楽しみましょう。

始めたその日からゲームを楽しめるPLAY+STAYを導入

ITF(国際テニス連盟)が開発したジュニア育成プログラム

	クラス	対象 レッスン時間	料金 2か月8回	レッスン内容
ジュニア	J1 ジュニア・ワン	4歳~小2 60分	11,440円	使用ボール スポンジボール・レッドボール・オレンジボール など ・小2年まではじめてのお子様向けクラス ・柔らかくゆっくり飛びボールを使いテニスの楽しさを学びます。 ・何よりもテニスを楽しむこと、運動能力向上が目的です。
	J2 ジュニア・ツー	小2~6年 75分	14,344円	使用ボール オレンジボール・グリーンボール など ・小2年以上のはじめてのお子様、経験の少ないお子様向けクラス ・負担の少ないボールを使い、ラリーやゲームを楽しめます。 ・初歩のゲームを楽しむための基本ショットの練習をします。
	J3 ジュニア・スリー	小4~中学 90分	17,160円	使用ボール グリーンボール・イエローボール など ・小学高学年の経験者、中学生の経験の少ないお子様向けクラス ・部活でテニスを始めたばかりの方や上達を目指したい方 ・初歩のゲームを楽しむための基本ショットを身に着けます。
一般	初級	90分 中学生以上 から申込み できます。	一般 昼間 17,160円	・テニスが初めての方、運動に自信がない方 ・プロコーチがじっくり、ゆっくり指導いたします。 ・楽しむためのテニスの基礎作りを行います。
	初中級		一般 ナイター 18,040円	・ストロークは打てるが、ボレーは難しいという方 ・ストローク、ボレー、スマッシュ、サーブなど基本ショットを学び ・雁行陣の動きを身につけ、初歩的なゲームを楽しみます。
	中上級		月~金:日7時間帯 と日8時間帯	・雁行陣から平行陣への移行を目指したい方 ・攻守のためのストロークやボレーの応用ショットを学びます。 ・平行陣のポジショニングを覚えます。

- 期のスケジュールにより、レッスン回数が変わります。回数により料金が変わります。フロント備えの別紙「クラス / 料金 / 日程」をご確認下さい。
- 上のクラスへ進級をご希望の場合はコーチに相談のうえ、認定を受けて下さい。
- レベル判断につきましてはコーチの判断を厳守下さい。ご協力をお願いいたします。

■ お申込方法

- ・1期毎のお申込が必要となります。
- ・フロントにて入会申込書をご記入のうえ、受講料をお支払下さい。(前納制)
- ・受講料・レッスンスケジュールは別紙「クラス / 料金 / 日程」をご確認下さい。
- ・原則として納入後のご返金は出来ません。

■ 振替について

天候によるレッスン中止

- ・天候不順でレッスンが中止となる場合があります。
- ・中止決定はレッスン開始の30分前に行います。お問合せ下さい。
- ・レッスン中止のお知らせをTwitterでお知らせします。
- ・レッスンが中止となった場合は振替をお取り下さい。(要電話予約)
- ・正規レッスン時間の3分の2以上でレッスン成立となります。

総体 Twitter
こちらから



自己都合でのお休み

- ・1期につき何回でもお休み可能です。
- ・当日レッスン開始前までに連絡いただけない無断欠席は「出席扱い」となり、振替がおりりいただけません。

振替予約方法

- ・振替には電話予約が必要です。(先着順)
- ・予約の際、クラス、氏名、ご希望日時をお伝え下さい。
- ・希望クラスが満員の場合、キャンセル待ちでお受けし、空きが出た場合にご連絡を差し上げます。
- ・振替のクラスをお休みする場合も欠席のご連絡が必要です。ご連絡いただければ振替クラスを変更できます。

振替有効期限

- ・原則として振替はお申込の期中にて消化して下さい。次期スクールのお申込いただけますと申込クラス数分だけ、振替を次期まで持ち越しできます。
- ・有効期限を過ぎますと無効となります。お早めに消化下さい。

振替可能クラス

	在籍クラス	振替可能なクラス
ジュニア	J1 ジュニア・ワン	在籍クラスと同レベル
	J2 ジュニア・ツー	
	J3 ジュニア・スリー	
一般	初級	在籍クラスと同レベル
	初中級	
	中上級	
	ナイター	

単発レッスン

当日8時より受付開始

- ・1回だけ受講。定員に空きある場合のみ受付
- J1...2,046円 ● J2...2,552円
- J3...3,058円 ● 一般昼間...3,058円
- 一般ナイター...3,168円