

# スカッシュレックスのご案内

	月	火	水	木	金	土	日
10:00							10:00
11:00							11:00
12:00							12:00
13:00		特別初級 12:30~13:30 郡司 颯					13:00
14:00							14:00
15:00							15:00
16:00		リザーブ 15:00~16:00 郡司 颯					16:00
17:00	ジュニア1 16:15~17:00 貝瀬 裕一	ジュニア1 16:15~17:00 郡司 颯		ジュニア2 16:15~17:00 横田 真由美			17:00
18:00		ジュニア2 17:15~18:00 郡司 颯		ジュニア3 17:15~18:00 横田 真由美			18:00
19:00							19:00
20:00		初心者 19:45~20:25 郡司 颯		初心者 19:15~19:55 横田 真由美			20:00
21:00		初級者 20:30~21:25 郡司 颯		初級者 20:00~21:55 横田 真由美			21:00
22:00		初中級者 21:30~22:25 郡司 颯		初中級者 22:00~22:55 横田 真由美			22:00

その他イベントレッスン、大会等も随時開催、ご案内致します。

ご不明な点はフロントにてお問い合わせください

# 成人レッスンプログラム

定期レッスン名	内 容	定員	時間	月会費(税抜)
初心者クラス	はじめての方～簡単なラリーができる方が対象。 フォアハンド・バックハンドがマスターできます。 基本の動き方、ラリーが出来るようになります。	6名	40分	会員：6,500円
				外部：7,500円
初級者クラス	様々なショットを使い、ラリーを中心に行います。 ルールの把握やパターン練習を行い、 スカッシュの試合をできるようになります。	6名	55分	会員：8,500円
				外部：9,500円
初中級者クラス	ラリーの組み立て方や各ショットの応用を意識した パターン練習やゲーム練習を行い、 試合で勝つためのスキルを身につけます。	6名	55分	会員：8,500円
				外部：9,500円

イベントレッスン名	内 容	定員	時間	受講料(税抜)/1回
特別初級レッスン	様々なショットを使い、ラリーを中心に行います。 ルールの把握やパターン練習を行い、 スカッシュの試合をできるようになります。	6名	60分	会員：2,000円
				外部：2,500円
リザーブレッスン	マンツーマン～最大6名まで受講可能。(料金は1枠毎) 楽しみたい方から上達したい方まで オーダーメイドなメニューで行います！	1名～	20分	会員：2,000円
				外部：2,500円

※イベントレッスンは1回受講毎の都度支払いとなります。(券売機にてご入金、マシンジムにて受付)

火曜日12:30～13:30 特別初級レッスン/15:00～16:00 リザーブレッスン

※外部の方は別途施設利用料(3,240円)がかかります。

# キッズレッスンプログラム

レッスン名	内 容	定員	時間	料金 (税抜)
ジュニアⅠクラス	小学1年生～小学3年生を対象としたクラスです。 スカッシュを楽しみながら、運動能力の向上、 スカッシュの正しいフォームをマスターできます。	6名	45分	6,000円
ジュニアⅡクラス	小学4年生～中学3年生を対象としたクラスです。 様々なショットを使い、ラリーを中心に行います。 ルールの把握やパターン練習を行い、 スカッシュの試合をできるようになります。			
ジュニアⅡクラス	小学4年生～中学3年生を対象としたクラスです。 様々なショットを使い、ラリーを中心に行います。 スカッシュの試合で勝つためのスキル向上を目指します。			