

# ライジングテニスクラブ 宮の沢校 北野校 第91期 レッスンタイムテーブル

(11月2日～12月27日)

レッスン 開始時間	日																				宮の沢校		北野校									
	宮の沢校		北野校		宮の沢校		北野校		宮の沢校		北野校		宮の沢校		北野校		宮の沢校		北野校		1	2	A	B								
	1	2	A	B	1	2	A	B	1	2	A	B	1	2	A	B	1	2	A	B	7:50~											
9:30	R6				R7			R3	R7	R4		RS		R3	R5			R5			R6	R4	R6	R4	R6	R4			R4	R3	R3	J5
11:15	文子				遊馬			東	斎藤	文子		山下		遊馬	北嶋			文子			北嶋	斎藤	遊馬	北嶋			前田	北嶋	山下	篠川		
13:00	R5				11:10~ R1 遊馬			R6	R4	R7		R5	11:10~ R1 前田	R8	11:10~ R1 北嶋	R5		R6		R5	R7	R5	R7	R5			前田	北嶋	山下			
14:45	文子				12:00~ R2 遊馬			東	斎藤	北嶋		山下	12:00~ R2 前田	遊馬	北嶋	篠川		文子		東	北嶋	斎藤	遊馬	北嶋			前田	北嶋	山下			
16:00	R7	R4	R6		R3			R5		R5	R6	R7		R6		12:55~ R1 篠川		R7	13:00~ R1 山下	R6		R3	J5	R6			R5	13:00~ R1 斎藤	R7	J1		
17:00	山下	斎藤	篠川		前田			伊藤		篠川	遊馬	前田		斎藤		13:45~ R2 篠川		斎藤	13:50~ R2 山下	東		斎藤	山下	篠川		北嶋	13:50~ R2 斎藤	篠川				
18:00	R8	15:10~ Kids 山下	R7		R5	15:10~ Kids 前田		R6	15:10~ Kids 東	R8		R3	15:10~ Kids 東	R7		R4		R6	15:10~ Kids 山下			R6	14:30~ J4 山下	14:45~ J2 東	J5	14:50~ J2 斎藤	前田	R4				
19:35	斎藤	J2	篠川	J1	山下	J1		伊藤	J3	篠川	J1	山下	J2	遊馬	J1	前田	J1	遊馬	J1	J1		北嶋	J3	15:40~ J3 篠川	16:15~ J3 斎藤	前田	15:45~ J3 斎藤	篠川				
21:20	PL 斎藤	山下		小林	PL 山下	前田		東	PL 篠川	小林	PL 前田	東	PL 小林	北嶋	PL 篠川	東	PL 遊馬	山下	篠川	PL 東		16:40~ R1 山下	16:30~ J2 前田	16:40~ R1 篠川	17:30~ R4	16:40~ R1 篠川	17:30~ 北嶋					
21:20	J1	J4	J2	J3	J2	J4	J2	J4	J2	J3	J1	J4	J3	J2	J2	J3	J3	J4	J3	J4	R1	J4	R1	J2	16:40~ R1 篠川	17:30~ 北嶋	17:30~ 北嶋					
21:20	斎藤	山下	篠川	小林	山下	前田	伊藤	東	篠川	小林	前田	東	小林	北嶋	篠川	東	遊馬	斎藤	篠川	東	R1	J4	R1	J2	17:30~ R1 篠川	17:30~ 北嶋	17:30~ 北嶋					
21:20	J6	J8	J5	J7	J6	J5	J6	J7	J7	J5	J6	J5	J6	J5	J7	J5	J5	J6		J6	R2	J4	R2	J3	17:30~ R2 篠川	18:35~ J5	18:30~ R2 前田	18:30~ R2 篠川	19:00~ J7			
21:20	遊馬	前田	小林	篠川	山下	北嶋	遊馬	東	遊馬	小林	前田	東	斎藤	遊馬	前田	東	斎藤	山下	東	J6	R2	J4	R2	J3	18:35~ J6	18:30~ R2 前田	18:30~ R2 篠川	19:00~ 斎藤	J7			
21:20	R4	19:30~ R1 前田	R5	R4	R5	R3	J8	19:30~ R1 伊藤	R6	J6	R3		R4	J7	J8	J6	R5	J8	J8	J7	北嶋	前田	篠川	19:00~ J7	19:00~ 斎藤	19:30~ 北嶋	19:30~ 前田	19:30~ 北嶋	19:30~ 前田	19:30~ 東		
21:20	山下	20:20~ R2 前田	小林	斎藤	前田	北嶋	遊馬	20:20~ R2 伊藤	遊馬	篠川	北嶋		北嶋	小林	前田	東	斎藤	遊馬	篠川	東	J8	R5	篠川	19:00~ 東	19:30~ 斎藤	20:10~ J8	20:20~ R5	20:10~ J8				
21:20	R6	R8		R6	R7	21:15~ R1 北嶋		R7	R6	J8	R3	R5		R7	RS	R8		R8	R6	R6		前田	北嶋									
21:20	遊馬	前田		斎藤	前田	22:05~ R2 北嶋		遊馬	伊藤	篠川	小林	北嶋		斎藤	小林	前田		遊馬	山下	篠川												

※Jrフィジカルトレーニング(北野校)

※大人のフィジカル&エクササイズ(北野校)

火曜日：19:30～20:30      土曜日：16:30～17:30

日曜日：11:20～12:20