

# ライジングテニスクラブ 宮の沢校 北野校 第92期 レッスンタイムテーブル

(1月4日～2月28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				R1 遊馬			R6	R4	R7		R5			R8	R1 北嶋			R6			R5	R7	R5	R7	R5			R7	R6	R6			
14:45	文子				11:10~ R2 遊馬			東	斎藤	北嶋		山下			遊馬	北嶋			文子			東	北嶋	斎藤	遊馬	北嶋			前田	北嶋	山下			
16:00	R7	R4	R6		R3			R5	R6			R7			R6				R7			R6			R3	J5	R6			R5	R1 斎藤	R7	J1 山下	
17:00	山下	斎藤	篠川		前田			篠川	遊馬			前田			斎藤				斎藤			東		斎藤	山下	篠川			北嶋	R2 斎藤	篠川			
18:00	R8	15:10~ Kids 山下	R7		R5	15:10~ Kids 前田		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	R4					
19:35	斎藤	J2	篠川	J1	山下	J1		J3	篠川	J1	山下	J2	遊馬	J1	前田	J1	遊馬	J1	J1			北嶋	J3 篠川	15:40~ J3 篠川	16:15~ J3 斎藤	前田	16:15~ J3 斎藤	篠川						
21:20	PL 斎藤	山下		小林	PL 山下	前田		東	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	17:30~ 北嶋	17:30~ 北嶋	17:30~ 北嶋	17:30~ 北嶋	17:30~ 北嶋	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 山下	R2 前田	R1 篠川	R2 篠川	R1 篠川	R2 篠川	R1 篠川	R2 篠川	R1 篠川	R2 篠川	R1 篠川	R2 篠川		
21:20	斎藤	山下	篠川	小林	山下	前田	小林	東	篠川	小林	前田	東	小林	北嶋	篠川	東	遊馬	斎藤	篠川	東		17:30~ R2 山下	17:30~ J1 前田	17:30~ R2 篠川	17:30~ R2 篠川	17:30~ R2 篠川	17:30~ R2 篠川	17:30~ R2 篠川	17:30~ R2 篠川	17:30~ R2 篠川	17:30~ R2 篠川			
21:20	J6	J8	J5	J7	J6	J5	J6	J7	J7	J5	J6	J5	J6	J5	J7	J5	J5	J6		J6		18:30~ R7	18:30~ RS	18:35~ J6	19:00~ J7	19:00~ J7	19:00~ J7	19:00~ J7	19:00~ J7	19:00~ J7	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	東		18:30~ R7	18:30~ RS	18:35~ J6	19:00~ J7	19:00~ J7	19:00~ J7	19:00~ J7	19:00~ J7	19:00~ J7	19:00~ J7			
21:20	R4	19:30~ R1 前田	R5	R4	R5	R3	J8	19:30~ R1 小林	R6	J6	R3			R4	J7	J8	J6	R5	J8	J8	J7													
21:20	山下	20:20~ R2 前田	小林	斎藤	前田	北嶋	遊馬	20:20~ R2 小林	遊馬	篠川	北嶋			北嶋	小林	前田	東	斎藤	遊馬	篠川	東													
21:20	R6	R8			R6	R7																												
21:20	遊馬	前田			斎藤	前田																												
21:20					21:15~ R1 北嶋			R7			J8	R3	R5			R7	RS	R8																
21:20					22:05~ R2 北嶋			遊馬			篠川	小林	北嶋			斎藤	小林	前田																

※フィジカルトレーニング(北野校)

火曜日:19:30~20:30 土曜日:16:30~17:30

※大人のフィジカル&エクササイズ(北野校)

日曜日:11:20~12:20