

ライジングテニスクラブ

宮の沢校
北野校

第93期

レッスンタイムテーブル

(3月1日～4月25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	1	2	A	B										
9:30	R6				R7			R3	R7	R4		RS			R3	R5			R5			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			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	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			篠川	遊馬	前田		斎藤			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		15:10~ Kids 東	R8			R3	15:10~ Kids 東		R7			R4			R6	15:10~ Kids 山下			R6	14:30~ J4 山下			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	15:30~ J3 篠川		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			PL 東		16:40~ R1 山下	16:30~ J2 前田	16:40~ R1 篠川		R4					
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	J4			16:40~ R1 篠川	17:30~ J2 前田	17:30~ R1 篠川	17:30~ 北嶋						
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	東			東	17:30~ R2 山下	17:30~ J1 前田	17:30~ R2 篠川	17:30~ J5						
21:20	J6	J8	J5	J7	J6	J5	J6	J7	J7	J5	J6	J5	J6	J5	J7	J5	J5	J6		J6				東	18:30~ R7	18:30~ RS	18:35~ J6							
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							
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			北嶋	前田	篠川	19:00~ 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			東	20:10~ J8	20:20~ R5								
21:20	R6	R8		R6	R7	21:15~ R1 北嶋		R7		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		篠川	小林	北嶋			斎藤	小林	前田			遊馬	山下	篠川												

※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