

ライジングテニスクラブ 宮の沢校 北野校 第100期 レッスンタイムテーブル

(4月25日～6月26日)

※ 休講日: 5/2(月)～5/7(土)・29(日)

レッスン 開始時間	日																				宮の沢校		北野校									
	月		火		水		木		金		土		1	2	A	B																
	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	宮の沢校	北野校	1	2	A	B														
9:30	1	2	A	B	1	2	A	B	1	2	A	B	1	2	A	B	1	2	A	B	7:50~				8:00~							
	R6				R7				R3	R7	R4			R3	R5			R5		R3	R4	R6	R4		J7				J8			
	文子				遊馬				東	斎藤	文子			遊馬	北嶋			文子		北嶋	斎藤	遊馬	北嶋	前田	北嶋	前田				篠川		
11:15	R5				11:10~ R1 遊馬				11:10~ R1 山下				11:10~ R1 北嶋		R5			R6		R4	R7	R5	R7	11:10~ R1 北嶋	R7	R6	R6					
	文子				12:00~ R2 遊馬				12:00~ R2 山下				12:00~ R2 北嶋		篠川			文子		東	北嶋	斎藤	遊馬	12:00~ R2 北嶋	前田	北嶋	山下					
13:00	R7	R4	R6		R3				R5	R6	R6		R6		12:55~ R1 篠川		13:00~ R1 山下	R7		R6		R3	J5	R6		R5	13:00~ R1 斎藤					
	山下	斎藤	篠川		前田				北嶋	遊馬	山下		斎藤		13:45~ R2 篠川		13:50~ R2 山下	斎藤		東		斎藤	山下	篠川		北嶋	13:50~ R2 斎藤	篠川	14:00~ J1 山下			
14:45	R8	15:10~ Kids 山下	R7		R5	15:10~ Kids 前田			15:10~ Kids 東	R7			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~ J4 斎藤	R4	15:00~ Kids 山下			
16:00	斎藤	J2	篠川	J1	山下	J1			J3	前田	J1		J2	遊馬	J1	前田	J1	遊馬	J1	J1		北嶋	J3	15:40~ J3 山下	15:40~ J3 篠川	前田	15:45~ J3 斎藤	篠川				
17:00	PL 斎藤	山下		小林	PL 山下	前田			東	PL 前田	小林		東	PL 小林	北嶋	篠川	東	PL 遊馬	山下	篠川	PL 東		16:40~ R1 山下	16:30~ J2 前田	16:15~ R4	R4						
18:00	J1	J4	J2	J3	J2	J4	J2	J4	J2	J3	J1	J4	J3	J2	J2	J3	J3	J4		J4		R1	J2	16:40~ R7	17:30~ 北嶋							
	斎藤	山下	篠川	小林	山下	前田	小林	東	北嶋	小林	山下	東	小林	北嶋	篠川	東	遊馬	斎藤		東		17:35~ R1 篠川	J6	17:30~ R2 山下	17:30~ J1 前田	篠川	J5	J7				
19:35	J6	J8	J5	J7	J7	J5	J6	J7	J7	J5	J6	J5	J6	J5	J7	J5	J5	J6		J6		18:25~ R2 篠川	東	18:30~ R7	18:30~ RS	J6	19:00~ 東	斎藤				
	遊馬	前田	小林	篠川	山下	北嶋	小林	東	遊馬	小林	篠川	東	斎藤	遊馬	前田	東	斎藤	山下		東			18:30~ J6	18:30~ 篠川	18:30~ 篠川	J7	J7	R6				
21:20	R4	19:30~ R1 前田	R5	R4	R5	R3	J8	19:30~ R1 小林	R6	J7	R3		R4	J7	J8	J6	R5	J8	J8	J7		16:40~ R7	17:30~ R2 山下	17:30~ J1 前田	篠川	17:30~ 東						
	山下	20:20~ R2 前田	小林	斎藤	前田	北嶋	遊馬	20:20~ R2 小林	遊馬	前田	篠川		北嶋	小林	前田	東	斎藤	遊馬	篠川	東		16:40~ R7	17:30~ R2 山下	17:30~ J1 前田	篠川	17:30~ 東						
	R6	R8		R6	R7	21:15~ R1 北嶋				21:00~ R3 北嶋	J8		R3	J8	R5	R6	R6	R6	R6													
	遊馬	前田		斎藤	前田	22:05~ R2 北嶋	遊馬			北嶋	前田	篠川		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