

# ライジングテニスクラブ 宮の沢校 北野校 第101期 レッスンタイムテーブル

(6月27日～8月28日)

※休講日:8/8(月)～8/14(日)

日				
宮の沢校		北野校		
1	2	A	B	C
7:50～			8:00～	
J7			J8	
前田			篠川	
R4	R3	R3	J5	
前田	北嶋	山下	篠川	
R7	R6	R6		
前田	北嶋	山下		
R5	R1 齋藤	R7		
北嶋	R2 齋藤	篠川	14:00～	
			J1	
			山下	
J5	J4 齋藤	R4	15:00～	15:00～
前田	J3 齋藤	篠川	J2	山下
16:15～	J3 齋藤		山下	Kids
R4				
北嶋				
J5	J7			
東	齋藤			
J7	R6			
東	齋藤			

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