

ライジングテニスクラブ 宮の沢校 北野校 第108期 レッスンタイムテーブル

(9月4日～11月5日)

※休講日:10/8(日)～10/14(土)

日				
宮の沢校		北野校		
1	2	A	B	C
8:30～				
J2				
前田				
R4	R3	R3	R5	
前田	北嶋	ちなみ	窪田	
R7	R6	R6	R4	
前田	北嶋	ちなみ	窪田	
R5	R7	R5	R7	
窪田	北嶋	窪田	北嶋	
R6	R7	R6	R7	
東	北嶋	窪田	北嶋	
R3	J5	R6	R5	
斎藤	ちなみ	阿部	北嶋	
13:00～	Kids 大久保	R6	R5	
13:00～	R1 阿部	北嶋	R7	
13:50～	R2 阿部	斎藤	14:00～	J1
14:30～	J4 ちなみ	阿部	14:45～	J2 東
15:30～	J3 ちなみ	窪田	15:45～	J3 阿部
16:40～	R1 ちなみ	窪田	16:15～	R4
17:30～	R2 前田	R3	17:30～	北嶋
18:30～	J1 前田	窪田	17:30～	J5
18:30～	R7	R6	18:30～	東
19:30～	RS	窪田	19:00～	阿部
20:10～	J8	J7	19:00～	J7
20:20～	R5	前田	19:00～	東
21:15～	前田	北嶋		
22:05～	北嶋			

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	R7	R4			R5	R3	R5			R5								
11:15	文字				遊馬				東	窪田	文字			前田	遊馬	北嶋			文字								
13:00	R5				11:10～ R1 遊馬				R6	R4	R7			11:10～ R1 ちなみ	R3	R8	11:10～ R1 北嶋		R5		R6						
14:45	文字				12:00～ R2 遊馬				東	窪田	北嶋			12:00～ R2 ちなみ	前田	遊馬	12:00～ R2 北嶋		渡辺		文字						
16:00	R7	R4	R6		R3				R5	R6	R6			R6		R6			R7		13:00～ R1 ちなみ						
17:00	ちなみ	安達	斎藤		前田				北嶋	遊馬	ちなみ			斎藤		渡辺			斎藤		13:50～ R2 ちなみ						
18:00	RS	Kids ちなみ	R7		R4				15:10～ Kids 東	R7				RS	Kids 東	R7			R4		15:10～ Kids ちなみ						
19:35	前田	J2	斎藤	J1	ちなみ	J1			J3	窪田	J1			前田	J2	遊馬	J1		前田	J1	遊馬	J1	J1				
21:20		ちなみ	PL 斎藤	J1	PL ちなみ	J1			PL 窪田	東				前田	東	北嶋			PL 遊馬		ちなみ	窪田	PL 東				
9:30	J1	J4	J2	J3	J2	J4	J2	J4	J2	J3	J1	J4	J3	J2	J2	J3	J3	J4		J4		17:35～ R1 窪田					
11:15	安達	ちなみ	斎藤	窪田	ちなみ	前田	窪田	東	窪田	北嶋	ちなみ	東	安達	北嶋	前田	東	遊馬	斎藤		東		18:25～ R2 窪田					
13:00	J6	J8	J5		J7	J5	J6	J7	J7	J5	J6	J5	J6	J5		J6	J5	J6		J6		18:30～					
14:45	遊馬	前田	窪田		ちなみ	北嶋	窪田	東	遊馬	窪田	前田	東	斎藤	遊馬		東	斎藤	ちなみ		東		19:30～					
16:00	R4	19:30～ R1 前田	R5	R4	R5	R3	19:30～ R1 窪田	19:30～ J8	R6	J7		R3	R4	J7		J8	R5	J8	J8	J7	19:30～	19:30～	19:30～				
17:00	ちなみ	20:20～ R2 前田	窪田	斎藤	前田	北嶋	20:20～ R2 窪田	遊馬	遊馬	窪田		斎藤	北嶋	阿部		前田	斎藤	遊馬	窪田	東	J8	R5					
18:00	R6	R8		R6	R7		21:15～ R1 北嶋		R7	R3			R5	R7	RS		R8	R8	R6		前田	北嶋					
19:35	遊馬	前田		斎藤	前田	北嶋	22:05～ R2 北嶋		遊馬	北嶋			斎藤	斎藤	阿部		前田	遊馬	ちなみ		窪田						

※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