

# ライジングテニスクラブ 宮の沢校 北野校 第109期 レッスンタイムテーブル

(11月6日～1月7日)

※休講日:12/28(木)～1/3(水)

レッスン 開始時間	日																				宮の沢校					北野校									
	1		2		A		B		C		1		2		A		B		C		1		2		A		B		C						
	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		宮の沢校		北野校				
9:30	R6				R7					R3	R7	R4			R5	R3	R5			R5					ゆったり クラス R3～ 北嶋	R4	R6	R7 休講	R4	R4	R3	R3	R5		
11:15	文子				遊馬					東	窪田	北嶋			前田	遊馬	北嶋			文子					斎藤	遊馬		北嶋	前田	北嶋	ちなみ	窪田			
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 休講	R6				R4	R7	R5	R7	R5 休講	11:10～ R1 北嶋	R7	R6	R6	R4		
14:45	文子				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		文子				東	北嶋	斎藤	遊馬	12:00～ R2 北嶋	前田	北嶋	ちなみ	窪田			
16:00	R7	R4	R6		R3					R6				R6						R7	13:00～ R1 ちなみ			R6		R3	J5	13:00～ Kids 大久保	R6	R5	13:00～ R1 阿部	R7			
17:00	ちなみ	安達	斎藤		前田					ちなみ		遊馬		前田		斎藤		前田		斎藤	ちなみ	東		斎藤	ちなみ	東	斎藤	ちなみ	阿部	北嶋	阿部	北嶋	14:00～ J1 ちなみ		
18:00	RS	Kids ちなみ	R7		R4					RS	Kids 東	R7		R4		R6				R6	15:10～ Kids ちなみ					R6		14:30～ J4 ちなみ	14:45～ J1 窪田	14:45～ J2 東	J5	14:50～ J4 阿部	R4	15:00～ J2 窪田	15:00～ Kids ちなみ
19:35	前田	J2	斎藤	J1	ちなみ	J1				PL 窪田	J3	窪田	J1	前田	J2	遊馬	J1	前田	J1	遊馬	J1	J1		PL 東	北嶋	北嶋	北嶋	J3	15:45～ J3 ちなみ	16:15～ J3 阿部	前田	15:45～ J3 阿部	斎藤		
21:20	安達	ちなみ	斎藤	窪田	ちなみ	前田	窪田	東	北嶋	ちなみ	東	北嶋	前田	東	北嶋	前田	東	北嶋	前田	東	遊馬	斎藤	北嶋	前田	東	北嶋	北嶋	J4	16:40～ R1 ちなみ	16:40～ R3	R4	北嶋			
21:20	J6	J8	J5		J7	J5	J6	J7	J7	J5	J6	J5	J6	J5	J5	J5	J6			J5	J5	J6		東	東	東	J4	17:30～ R2 ちなみ	17:30～ R1 前田	17:30～ R3	北嶋	J7			
21:20	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	斎藤	ちなみ		東	東	東	J5	18:30～ R2 窪田	18:30～ R1 前田	18:30～ R6	J5	東	阿部		
21:20	R4	19:30～ R1 前田	R5	R4	R5	R3	19:30～ R1 窪田	19:30～ J8	R6	J7 休講			R3	R4	J7		R3	R4	J7	J8	R5	J8	J8	J7	北嶋	北嶋	北嶋	J7	18:30～ 窪田	19:00～ J7	R6				
21:20	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			斎藤	北嶋	阿部	前田	斎藤	遊馬	窪田	東	前田	斎藤	遊馬	窪田	東	北嶋	北嶋	北嶋	J8	20:10～ R5		斎藤				
21:20	R6	R8			R7		21:15～ R1 北嶋																												
21:20	遊馬	前田			前田	北嶋	22:05～ R2 北嶋	遊馬	北嶋																										

※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