

2002年にスタートいたしました「オールサムズしごき隊」は、もっと強くなりたい、もっとうまくなりたい方を応援いたします。あなたもしごき隊の一員となって更なる向上を目指しましょう！ (2012年5月期より)

オールサムズしごき隊

女子連、市民大会、草トーにすでに参加している方、シングルスに取り組んでいる方、ガンガンしごかされたいと望んでいる方は絶対にこのクラスです。

鎌ヶ谷・KAMAGAYA・鎌ヶ谷・KAMAGAYA・鎌ヶ谷・KAMAGAYA・鎌ヶ谷・KAMAGAYA・鎌ヶ谷・KAMAGAYA・鎌ヶ谷・KAMAGAYA							
月	木			金	土		日
11:30～13:00	10:50～12:20	12:30～14:00	15:20～16:50	11:00～12:30	15:40～17:10	18:30～20:00	15:50～17:20
基本技術の追求	がんばろうダブルス	基本技術の追求	基本技術の追求	がんばろうダブルス	がんばろうシングルス	がんばろうダブルス	がんばろうダブルス
寺島	とも	寺島	寺島	関	泉	磐長谷	関

FUNABASHI・船橋・FUNABASHI・船橋・FUNABASHI・船橋・FUNABASHI・船橋・FUNABASHI・船橋・FUNABASHI										
月	火	水		木	金		土		日	
14:00～15:30	12:50～14:20	10:00～11:30	12:50～14:20	19:40～21:10	13:00～14:30	19:40～21:10	9:30～11:00	11:40～13:10	9:30～11:00	11:30～13:00
地道にダブルス	がんばろうダブルス	とことんラリー練	がんばろうシングルス	ゲーム練	がんばろうダブルス	がんばろうシングルス	がんばろうダブルス	基本技術の追求	がんばろうシングルス	気合と根性
よし	とも	泉	よし	磐長谷	とも	磐長谷	錦戸	寺島	錦戸	とも

振り替え受講：鎌ヶ谷、船橋の両方の「しごき隊」、「PS 隊」、「打ち込み練」、「“美”フォーム」に振替可。女子連 C 級・D 級の方は LCD クラスにも振替可。

プレしごき隊(PS 隊)

2010年3月期より開講。試合に出始めた、これから試合に出ていきたい、早く試合で勝てるようになりたいという方、これからどんどん頑張りたいと思っている方にお勧めのクラスです。

KAMAGAYA・鎌ヶ谷・KAMAGAYA・鎌ヶ谷・KAMAGAYA			FUNABASHI・船橋・FUNABASHI・船橋・FUNABASHI		
月	水	土	水	金	日
12:10～13:40	12:50～14:20	14:10～15:40	10:30～12:00	9:50～11:20	14:40～16:10
試合にチャレンジ	試合にチャレンジ	基本の徹底	基本の徹底	気合と根性	基本の徹底
関	関	寺島	寺島	とも	寺島

振り替え受講：鎌ヶ谷、船橋の両方の「PS 隊」、「トウモロークラス」、「打ち込み練」、「“美”フォーム」に振替可。



SS隊(スーパーしごき隊)

2008年4月期より開講。女子連、市民大会、各種大会に参加していて実績を残している方、シングルの経験の長い方、スーパーハードにしごかれたい方が対象です。

KAMAGAYA・鎌ヶ谷・KAMAGAYA・鎌ヶ谷・KAMAGAYA・鎌ヶ谷・KAMAGAYA				
火	木	金	土	日
11:40~13:10	9:20~10:50	13:00~14:30	14:10~15:40	13:30~15:00
ダブルス強化	ショット、フットワーク強化	とことんラリー練	シングルス強化	ダブルス強化
磐長谷	寺島	泉	錦戸	錦戸

船橋・FUNABASHI・船橋・FUNABASHI・船橋・FUNABASHI・船橋・FUNABASHI					
月	火	水	木	土	日
12:30~14:00	13:00~14:30	13:30~15:00	12:20~13:50	11:20~12:50	11:10~12:40
ダブルス強化	シングルス強化	ダブルス強化	地道にダブルス	ダブルス強化	シングルス強化
磐長谷	よし	泉	よし	錦戸	錦戸

振り替え受講：鎌ヶ谷、船橋の両方の「SS隊」、「しごき隊」、「打ち込み練」、「美フォーム」に振替可。

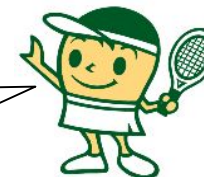
女子連C級の方はLCDクラスに振替可。

会費・単発料金・おためしレッスン

- ・1期(週1回×4週) 10,290円
- ・1回単発料金 しごき隊・プレしごき隊 3,045円 SS隊 3,360円
- ・今までにオールサムズでレッスンを受けたことがない方は1度だけおためしレッスンを受けることができます。料金は1,000円をお支払いいただきますが、ご入会いただきますと1,000円はお返しいたします。



きびしくなければ
テニスじゃない!
オールサムズしごき隊だよ!



がんばりまーす!

LCDクラス (2012年4月期より)

テーマ：女子ダブルス強化

対象：女子連C級、D級 男性は受けられません。

日時：毎週月曜日 午後1時30分~3時

毎週木曜日 午前10時40分~12時10分

会場：オールサムズ鎌ヶ谷

担当：安藤(2011年度全国レディース千葉県代表)

会費：1期 10,290円 単発 3,045円

振替：女子連C級の方はSS隊もしくはしごき隊に、D級の方はしごき隊に振替可。

「打ち込み練」、「美フォーム」にも振替可。
※現SS隊、しごき隊のメンバーで女子連C級、D級の方はこのクラスに振替可能です。

おためしレッスン：可能(しごき隊系レッスンのおためしと同じ)