

スポーツの秋！SSC アダルト対象 イベント

お得なレッスンや練習会、試合が盛りだくさん！



アダルト対象 イベントスケジュール 早見表

10/16 (火)	18:00 ~ 22:00	インドアレンタルコート 開放
	20:30 ~ 22:00	ナイター 少人数 2面レッスン
10/17 (水)	17:00 ~ 22:00	インドアレンタルコート 開放
	18:50 ~ 22:00	ナイター 少人数 ワンポイントレッスン
10/28 (日)	17:30 ~ 22:00	ミックスダブルス インドアマッチ
10/29 (月)	19:30 ~ 22:00	ナイター シングルス マッチ練習会
11/1 (木)	17:00 ~ 22:00	インドアレンタルコート 開放
11/2 (金)	10:00 ~ 15:00	女子ダブルス 練習会
	18:50 ~ 22:00	ナイター 少人数 ワンポイントレッスン
	17:00 ~ 22:00	インドアレンタルコート 開放

ナイター 少人数 2面レッスン



- ◆ **日程** 10月16日(火) 20:30 ~ 22:00
- ◆ **コート** 第1インドア 33番 ~ 36番
- ◆ **募集人数** 各クラス 6名
- ◆ **参加資格** フリー (ジュニア以外)
- ◆ **参加費** ¥4,320 (税込) 【レッスン前日までにフロントでお支払いをお願いします】
- ◆ **申込方法** フロントに直接、またはお電話にてお申し込みください
- ◆ **申込開始** 10月9日(火) 9:00 ~
- ◆ **キャンセル** お申し込み後のキャンセルは参加費を頂きますので予めご了承ください
(代理の方の参加が可能です)
- ◆ **その他** レッスン開始2時間前に参加者が1名に満たない場合、未開催となります
レッスンの体操はございません

20:30 ~ 22:00	①	レイティング	3.0~3.5	シングルスでのゲームの展開を練習していきましょう！
		テーマ	シングルス	
		担当	与那嶺	
	②	レイティング	3.5~4.0	シングルの基本練習を行います！
		テーマ	シングルス	
		担当	笠原	



お申込・お問合せ 荇原湘南スポーツセンター Tel 0466-81-3411

スポーツの秋！SSC アダルト対象 イベント

お得なレッスンや練習会、試合が盛りだくさん！



クリニック生の方限定 インドアレンタルコート特別価格

- ◆ **利用可能日** 10月16日(火) 18:00～22:00 6面 (第2インドアコート)
10月16日(火) 20:00～22:00 2面 (第1インドアコート)
10月17日(水) 17:00～20:00 4面 (第1インドアコート)
10月17日(水) 20:00～22:00 3面 (第1インドアコート)
11月1日(木) 17:00～22:00 6面 (第1インドアコート)
11月2日(金) 17:00～22:00 1面 (第1インドアコート)

- ◆ **料金(1時間)** クリニック生限定特別価格 1時間/1面 → ￥1,620 (税込)

【ご利用当日にお支払をお願いします】

- ◆ **申込方法** フロントに直接、またはお電話にてお申し込みください

- ◆ **申込開始** 10月9日(火) 9:00～

- ◆ **キャンセル** お申込後のキャンセルは料金が発生しますので予めご了承ください

- ◆ **諸注意** * 料金お支払い時に代表の方はクリニック生カードをご提示ください

* コートご利用の方でどなたかがクリニック生であること

* クリニック生がいらっしゃらない場合1h¥3,240(税込)になります

* お子様ご利用の場合、保護者同伴でも特別料金になります

* シューズは必ずテニスシューズをご利用ください

* コート内での食事・喫煙はご遠慮ください

* コートでご利用になるボールは各自ご用意頂くようお願いいたします

* 1時間からご利用になれます



お申込・お問合せ 荏原湘南スポーツセンター Tel 0466-81-3411

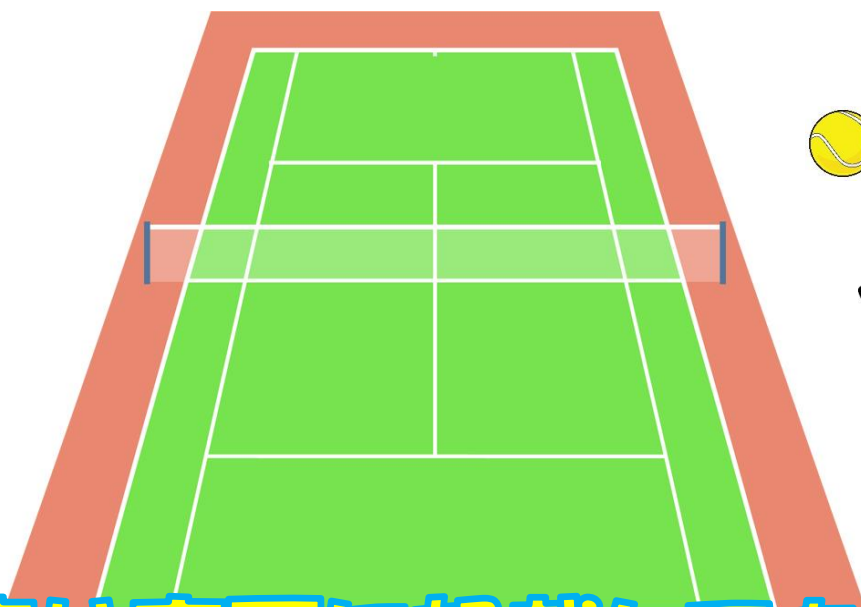
スポーツの秋！SSC アダルト対象 イベント

お得なレッスンや練習会、試合が盛りだくさん！



ナイター 少人数 ワンポイントレッスン

- ◆ **日程** 10月17日(水) 18:50~22:00 / 11月2日(金) 18:50~22:00
- ◆ **コート** 第1インドア 33番 ~ 35番
- ◆ **募集人数** 各クラス 6名
- ◆ **参加資格** フリー (ジュニア以外)
- ◆ **参加費** ¥3,466 (税込) 【レッスン前日までにフロントでお支払いをお願いします】
- ◆ **申込方法** フロントに直接、またはお電話にてお申し込みください
- ◆ **申込開始** 10月9日(火) 9:00 ~
- ◆ **キャンセル** お申し込み後のキャンセルは参加費を頂きますので予めご了承ください
(代理の方の参加が可能です)
- ◆ **その他** レッスン開始2時間前に参加者が1名に満たない場合、未開催となります
レッスン前の体操はございません



クラス表は裏面に記載してあります

ナイター 少人数 ワンポイントレッスン クラス表

10/17 (水) 18:50 ~ 20:20	①	レイティング	1.5~2.0	ラリー練習とダブルスの陣形練習を行います！
		テーマ	ダブルス	
		担当	恩塚	
	②	レイティング	3.0~3.5	ストローク・ボレーのラリー練習を徹底して行います！
		テーマ	ラリー	
		担当	笠原	
10/17 (水) 20:30 ~ 22:00	③	レイティング	2.0~2.5	ボレー対ストロークのラリーなど ネットプレーの練習を一緒にやりましょう！
		テーマ	ネットプレー	
		担当	恩塚	
	④	レイティング	3.0~3.5	フラット・スライス・スピンの3種類の サーブの打ち方を徹底的に練習しましょう！
		テーマ	サーブ	
	担当	邨上		
⑤	レイティング	3.5~4.0	シングルの基本練習を行います！	
	テーマ	シングル		
	担当	笠原		
11/2 (金) 18:50 ~ 20:20	⑥	レイティング	1.5~2.0	ラリー練習とダブルスの陣形練習を行います！
		テーマ	ダブルス	
		担当	恩塚	
	⑦	レイティング	3.0~3.5	ゲームの中で、攻守によって打ち分けるショットの コースのコントロールを意識して練習していきます！
		テーマ	ゲーム	
		担当	与那嶺	
	⑧	レイティング	3.0~3.5	サーブをたくさん打つ練習、リターンボール出し、 サーブ・リターンからのラリー練習を行います！
		テーマ	サーブ・リターン	
	担当	笠原		
	⑨	レイティング	3.5~4.0	平行陣でのポジション、ショットの配球など 戦術面の練習を中心に行います！
テーマ		ダブルス		
担当	鈴木雅			
⑩	レイティング	4.0~4.5	ストロークのパワーアップを目指して練習しましょう！	
	テーマ	ストローク		
担当	大塚			
11/2 (金) 20:30 ~ 22:00	⑪	レイティング	1.5~2.0	ストロークの正しい体の使い方を練習します。 ボール出しで基本的な練習を行い、ラリー練習の中でも 体の使い方を注意して練習していきます！
		テーマ	ストローク	
		担当	与那嶺	
	⑫	レイティング	3.0~3.5	ボール出しやラリー練習、ポイント練習を シングルの想定して練習していきます！
		テーマ	シングル	
		担当	恩塚	
	⑬	レイティング	3.0~3.5	ボール出しの練習でフォーム作りを行い、 ラリー練習でボールコントロールの精度を 高めていけるよう練習していきます！
		テーマ	ストローク	
	担当	邨上		
	⑭	レイティング	3.5~4.0	シングルの基本練習を行います！
		テーマ	シングル	
	担当	笠原		
	⑮	レイティング	4.0~4.5	ボレーのタイミングを極めましょう！
		テーマ	ボレー	
	担当	大塚		

スポーツの秋！SSC アダルト対象 イベント

お得なレッスンや練習会、試合が盛りだくさん！



ミックスダブルス インドアマッチ

- ◆ **日程** 10月28日（日）17:30～22:00
- ◆ **コート** 第1インドアコート 33番～38番
- ◆ **種目** チャレンジ（中級・レイティング～3.5） / オープン（上級・レイティング4.0～）
- ◆ **募集組数** チャレンジ 9組 / オープン 9組
- ◆ **参加資格** フリー（どなたでもご参加頂けます）
- ◆ **参加費** クリニック会員 ¥4,320（税込） クリニック会員以外 ¥4,860（税込）
【ペアの内どちらかがクリニック会員であれば会員価格になります】
【前日までにフロントでお支払いをお願いします】
- ◆ **申込方法** フロントに直接、またはお電話にてお申込ください
- ◆ **申込開始** 10月9日（火）9:00～
- ◆ **申込締切** 10月22日（月）22:00まで
- ◆ **キャンセル** お申込後のキャンセルは参加費を頂きますので予めご了承ください
代理の方の参加が可能です
- ◆ **その他** 最少遂行人数 4組（申込締切時に参加者が3組以下の場合未開催となります）
17:00～17:30まで第1インドアコートを練習コートとして開放します



ナイターシングルス マッチ練習会

- ◆ **日程** 10月29日（月）19:30～22:00
- ◆ **コート/担当** 第1インドアコート 33番～38番 / 後藤 コーチ
- ◆ **募集人数** 12名
- ◆ **練習内容** ウォーミングアップの後、出来るだけたくさんの方と試合をします
- ◆ **参加資格** フリー（中級/レイティング3.0～）
- ◆ **参加費** ¥4,860（税込）【前日までにフロントでお支払いをお願いします】
- ◆ **申込開始** 10月9日（火）9:00～
- ◆ **申込締切** 10月22日（月）22:00まで
- ◆ **キャンセル** お申込後のキャンセルは参加費を頂きますので予めご了承ください
代理の方の参加が可能です
- ◆ **その他** 最少遂行人数 4名（申込締切時に参加者が3名以下の場合未開催となります）
練習内容、レベル等でご不明な点は担当（後藤）までご連絡ください



スポーツの秋！SSC アダルト対象 イベント

お得なレッスンや練習会、試合が盛りだくさん！



ランチ/ドリンク付き！ 女子ダブルス練習会

- ◆ **日程** 11月2日（金）10:00 ～ 15:00
- ◆ **コート** 第1インドア 33番 ～ 39番（9:50 までに集合してください）
- ◆ **種目** 女子ダブルス（試合経験をたくさん積みたいペア）
- ◆ **募集組数** 21 組
- ◆ **練習方法** 6ゲーム先取（ノーアドバンテージ方式）（時間内で出来る限り試合を行いません）
- ◆ **参加資格** 荏原SSCテニスクリニックに在籍（ペアの内どちらかの方が在籍していればOK）
- ◆ **参加費** 1 組 ￥6,480（税込）【ランチ(ワンドリンク付き)料金込み】

【前日までにフロントでお支払いをお願いします】

- ◆ **申込方法** フロントに直接、またはお電話にてお申し込みください
- ◆ **申込開始** 10月9日（火）9:00 ～
- ◆ **申込締切** 10月22日（月）22:00まで
- ◆ **キャンセル** お申込後のキャンセルは参加費を頂きますので予めご了承ください



代理の方の参加が可能です

- ◆ **ランチ** 当日ランチ券を配布します ・ 券をご持参の上レストランでご利用ください
ランチは 11:15 ～ 14:00 の間で各ペアご自由におとりください
- ◆ **その他** 最少遂行組数 6組（締切時に6組に満たない場合未開催となります）
9:30 ～ 9:50 まで第1インドアコートで練習できます（練習球有り）
参加レベルの目安は 2.5 ～ 4.0 を参考にしてください
参加レベル等ご不明な点は担当(千葉)までご連絡ください



お申込・お問合せ 荏原湘南スポーツセンター Tel 0466-81-3411