

# 2025年度 第4期 ジュニア クラス別カリキュラム一覧表

2025年9月28日(日)～2025年12月27日(土) 13週13回

コープこうべ協同学苑テニススクールは、日本プロテニス協会認定AAAオフィシャルスクールです

週	期間	J1はじめて	J1	J2はじめて	J2	J3	ソフト1	ソフト2
1	9/28(日)～10/4(土)	ストロークの基礎	ストロークの基本	ストロークの基本 (身体の使い方)	ストロークの基本	ストロークの 基本と応用	ストロークの基本	基本ショットの 確認
2	10/5(日)～10/11(土)							
3	10/12(日)～10/18(土)	ボレーの基礎	ボレーの基本	ボレー・スマッシュの 基本 (身体の使い方)	ストロークの応用	ストロークの実践	ネットプレーの基本	基本ショットの コースの打ち分け
4	10/19(日)～10/25(土)							
5	10/26(日)～11/1(土)	コーチとラリー	ダブルスにトライ	コーチとラリー	ストローク総合	ストローク総合	スマッシュ・サービスの 基本	リクエストラリー
6	11/2(日)～11/8(土)	ゲームにトライ Part 1	ゲームにトライ Part 1	ダブルスにトライ Part1				ミニプライベートレッスン
7	11/9(日)～11/15(土)	ストロークの復習	ストロークの復習	ストロークの 復習と応用	サービスの基本	サービスの 基本と応用	サービスから ラリーにトライ	ダブルス練習 (動きの確認)
8	11/16(日)～11/22(土)							
9	11/23(日)～11/29(土)	ボレーの復習	ボレーの復習	ボレー・スマッシュの 復習と応用	ボレーの基本	ネットプレーの 基本と応用	リクエストラリー	ダブルス練習 (コースの打ち分け)
10	11/30(日)～12/6(土)						ミニプライベートレッスン	
11	12/7(日)～12/13(土)	サービスにトライ	サービス&リターン	コーチとラリー	ゲームの練習 (フォーメーション)	ゲームの練習 (フォーメーション)	ダブルス形式にトライ	サーブからの展開 (前衛・後衛)
12	12/14(日)～12/20(土)			ダブルスにトライ Part2				ミニプライベートレッスン
13	12/21(日)～12/27(土)	ゲームにトライ Part 2	ゲームにトライ Part 2	ゲームにトライ	ゲーム大会	ゲーム大会	ゲームにトライ	ゲーム大会

◇ スクールコンセプト 安全・安心・公平・楽しく上達

◇ 一週間同じ内容で進行しておりますので、振替をなるべくその週で受講されることで

計画的に上達することができます。

◇ お得な複数受講割引や親子割引もございます。

スクール休業のお知らせ

12月28日(日)～1月3日(土)  
冬期休講