

テニス生活 始めよう。

くずは校でも
レッスンを受けられます!

お近くのテニスエッグにご入会ください!

※くずは校での受講には別途予約が必要です。
※コースにより、別途料金が発生する場合があります。
詳しくはお問合せください。

テニスをする10の理由 Top 10 reasons to play tennis

Your Body



01 ダイエット効果がある
シングルス1時間につき580~870kcal消費する。



02 長生きできる
週に3時間のテニスによって心臓疾患のリスクが56%低減される。



03 心臓・筋肉・骨が強くなる
他のスポーツに比べ、テニスをする人は心臓血管系の罹患率が低い。



04 ハンド・アイコーディネーションの向上
テニスを行うことで敏捷性、バランス、コーディネーション、反応時間が向上する。

Your Brain



05 ストレスを軽減する
テニスはメンタル面、社会的側面においても大いにメリットがある。



06 脳力を高める
戦略的なプレーは脳を活性化させる。テニスをやる子は成績が向上する。



07 問題解決力の強化
幾何学や物理学を駆使したコース戦略は、様々な面で活用できる。

Your Life



08 家族や友達と楽しめる
年齢を問わず、気軽な準備で多くの人と楽しめる。



09 チームワークやスポーツマンシップの向上
ダブルスや団体戦を通じてコミュニケーション能力がアップする。



10 ソーシャルスキルの向上
テニスを行うことでより明るく、よりポジティブ思考になる。



出展：米国スポーツ医学専門チームからテニスに関する最新レポート

レベルレッスン料金表 当スクールはITF(国際テニス連盟)公認のPLAY&STAYプログラムに沿ったボールとコートを導入しています! ※詳しくはホームページをご覧ください。

レベル	プレー	時間	定員	平日昼料金	土・日・平日ナイター料金	
はじめて	テニスをプレーした経験のない初めての方向けです。PLAY+STAYシステムを取り入れて様々な種類のボールを使用しながら初日でもラリーが続きテニスを楽しめることを目指します。	50分	6名	7,992円 ※受け放題	8,532円 ※受け放題	
ラリー専門	ひたすらラリーがしたい! そんな方にオススメのいろいろなラリーばかりを行うクラスです。		6名	1,620円 ※1回単位	1,620円 ※1回単位	
球出し専門	コーチからの球出しのボールを打ち返す基本練習がしたい! という方にオススメのクラスです。		6名	1,620円 ※1回単位	1,620円 ※1回単位	
初級	少しテニスをした経験があり、数回ならボールがネットを越え、相手コートに打ち返す事ができる。コースは不安定であるが、スクール生同士で2~3往復のストロークの打ち合いができる。		90分+ 30分 フリー コート	週1回	10,260円	11,556円
初中級	スローペースであれば狙った場所へ大体のストロークを打つ事ができる。(試合を始めよう!) あまり動かないですむボレーを返す事が出来る。サーブも枠の中に安定して打つ事ができる。(試合ができる)			週2回	18,360円	20,952円
中級	安定性は少し低いが、ストローク・ボレー・サーブを意図的に狙った場所に打つ事ができる。(トーナメントに出場してみよう) 安定性の高いストローク・ボレー・サーブを意図的に狙った場所に打つ事が出来る、相手にミスさせることができる。(トーナメント上位進出)			週3回	23,490円	26,730円
中上級	上記の技術をマスターし、フットワークも良く、サーブでしっかり攻撃していく事ができる。(地域トーナメント出場)			6名	12,096円	13,716円
試合に出場している女子クラス	女子連に登録して試合に出場している人のためのクラスです。女子ダブルスに必要なショットや戦術を少人数で行います。					
シングルス	普段からシングルスをしている、シングルスにチャレンジしたい! という方にオススメのクラスです。シングルスに必要なショットや戦術を少人数で行います。	6名		13,716円		

ジュニアクラス	対象者	時間	定員	週1回	週2回	週3回	週4回
キッズ	キッズ 年中 年長 幼少期からボール遊び等を交えながら体を動かすことで運動の楽しさ・基礎を学びます。	45分	5名	4,860円	7,560円	9,990円	12,420円
ジュニアスタート	J5 小学生 レッドボールを使用し、少し大きなコートでプレーするクラス。	50分	6名	6,912円 ※受け放題クラス			
ジュニアはじめて	J1 小学生 主にオレンジボールを使用し、少し大きなコートでプレーするクラス。サーブも覚えて簡単な戦術も覚えていきます。	60分	6名	7,452円 ※受け放題クラス			
ジュニア初中級	J2 小学生 主にグリーンボールを使用してフルサイズコートでプレーするクラス。ボレーとサーブの基本を理解し、トーナメントなどにも挑戦します。	60分	6名	6,912円	11,664円	15,120円	18,576円
ジュニア中級	J3 小学生 イエローボール(一般)でフルサイズコートでプレーするクラス。攻撃や守備なども理解しゲームを進めていきます。	60分	8名				
ジュニアプレーヤー	P 小学生~高校生 都道府県テニス協会に選手登録を行い公式戦に継続的に出場するテニス協議を通じてスポーツマンシップ(人間力・精神力・体力)を高める。	120分	12名(2面使用)	11,880円	21,600円	27,540円	33,480円
ソフトテニスアカデミー	Jソフト 中学生 部活で今も頑張っている、これからもっと強くになりたい、上位を目指したい! 礼儀、心、自律を学び、身につけます。	120分	8名(1面の場合)	11,880円			

一般・ジュニア共通

家族割引	2人目以降のご家族の方が入会すると、60分以下クラス→1,620円引/月・90分クラス→2,160円引/月 120分クラス→2,700円引/月 ※2親等までに限ります。キャンペーンとの重複は致しません	2,160円 1年毎の更新 ※初年度は無料となります
年間事務手数料	入会時に必要となり、1年毎の更新となります。ご入会月期が更新となります。	1,080円 1年毎の更新
保険料		※60分以下クラス 1,080円/1期間 ※90分~120分クラス 2,160円/1期間
休会員	所属クラスを確保して、全てのクラスで振替を取る事が可能です。前月5日までにフロントにて用紙を提出してください。 ※休会期間中は、家族割引・学生割引・複数受講割引の適用外となります	

お得な家族割引・学生割引・複数受講割引もあります! 詳しくはスタッフまでお問い合わせください!

JS・J1・はじめてクラスはレッスン受け放題です。初級クラス以上は90分レッスン!!

① 一番通いやすい曜日や時間を時間割の中から選んでいただき、在籍クラスを決めてください。
② 在籍クラス以外で、1つのレッスンの予約が可能です。その予約レッスンを終了しましたら、次の予約が可能です。
※料金が変更する事があります ※価格はすべて税込みです

まずは
**無料体験
レッスン!**

※過去に受けて頂いた受講者の方は有料となります。

無料体験レッスンお申込み

電話1本でお気軽にお申し込みできます! スタッフが丁寧に対応いたします。

1



チラシを見て問い合わせ!
☎072-807-3907

2



体験のお申込みを行ってください!

3



あなたに合うコースをご紹介します!

駐車場・更衣室・シャワー完備

無料レンタルラケット・無料レンタルシューズ あります!

手ぶらでOK!



tennis egg 枚方校

TEL 072-807-3907



〒573-0023 大阪府枚方市東田宮2丁目249 受付時間 9:00~22:00

詳しくはWebをチェック <http://tennis-egg.com> テニスエッグ枚方 検索