

テニス生活 始めよう。

**枚方校でも
レッスンが受けられます!**
お近くのテニスエッグにご入会ください!

※枚方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

**まずは
無料体験レッスン
はじめてクラスの方は
受け放題!!**

簡単!! 無料体験レッスンお申込み

お電話1本でお気軽にお申込みできます! 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!**
☎072-864-0146
- 2 体験のお申込みを
行ってください!**
- 3 あなたに合う
コースを紹介!**

まずはお問い合わせください。(お問い合わせだけでもOK!!)

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	平日料金	土・日・平日ナイター料金	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				
はじめて	テニスをプレーした経験のない初めての方対象です。1面コートを使いイエローボールを使用します。	45分	6名	8,532円 ※受け放題	9,072円 ※受け放題	キッズ	キッズ 年中長 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	5,400円	8,640円						
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	10名	週1回コース	週2回コース	17,496円	19,440円	ジュニアスタート	JS	レッドボールを使用する初めてテニスをするクラス。	7,452円 ※受け放題クラス						
				週3回コース	週4回コース			ジュニアはじめて	J1	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	8名	7,992円 ※受け放題クラス				
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サーブを返す事が出来る。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)。	90分	10名	週1回コース	週2回コース	17,496円	19,440円	ジュニア初中級	J2	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	8名	7,452円	12,744円	16,956円	20,628円	
				ジュニア中級	J3			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。									
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、相手にミスさせる事ができる(トーナメント上位進出)。	90分	10名	週1回コース	週2回コース	11,664円	12,960円	ジュニア中上級	P1 P2	都道府県テニス協会に登録を行い公式戦に継続的に出場する。テニス競技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。	90分	8名	11,448円	19,980円	25,758円	29,287円	
				ソフトテニス	小学4年生~中学生対象			ソフトテニスがまったくはじめてのクラスと経験者クラス。	各8名	11,448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)。プレー中、ボールの緩急やスピンを駆使したストロークができ、フットワークも良くボールについていける。	90分	10名	週3回コース	週4回コース	23,328円	25,920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 ※2親等までに限ります。キャンペーンとの重複はいたしません。		年間事務手数料		入会時に必要です。1年毎の更新となります。一旦退会後に、更新時期以降に復帰された方は再入会時に必要となります。		2,160円 1年毎の更新 ※初年度は無料となります			
								保険料		1,080円 1年毎の更新							
								休会費		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下さい。 ※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。		※60分以下クラス 1,080円/1期間 ※90分クラス 2,160円/1期間					

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。その予約レッスンが終了しましたら、次の予約が可能です。
※料金を変更する事があります。※価格はすべて税込です。

ご入会時にご用意いただくもの 年間事務手数料 2,160円 ▶ **0円** 保険料 **1,080円** 1ヶ月目受講料 **半額** **通帳・届出印**

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!**