

<2023年12月期のレッスンテーマ> 11月30日(木)~12月27日(水)

| 月 | | 火 | | 水 | | 木 | | 金 | | 土 | | 日 | | | | | |
|----|----------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------|----------------|----------------|----------------|----|----------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|
| 1 | 中上級 | 並行陣へのつき球 | 初級45 | 初中級 | 中級女D | 初中級 | 並行陣へのつき球 | 初中級 | 中級 | 中上女D | 0 | はじめて | 初中級 | 中級 | | | |
| | はじめて | | ストロークのコースの打ち分け | 並行陣の基本 | ストロークのコースの打ち分け | ストロークのコースの打ち分け | | 並行陣へのつき球 | 並行陣ボレーの配給 | ストロークのコースの打ち分け | | | ストロークのコースの打ち分け | ストロークのコースの打ち分け | 並行陣へのつき球 | | |
| 2 | 初中・中級 | ストロークのコースの打ち分け | 中・中上級女D | 初級 | 中上級女D | 中級 | 初中級 | 中級 | 初級 | 初中級 | 1 | 初級 | 初中・中級 | 中級 | 中上級 | | |
| | 並行陣の基本 | | 並行陣ボレーの配給 | | 並行陣へのつき球 | ストロークのコースの打ち分け | 並行陣へのつき球 | ストロークのコースの打ち分け | | ストロークのコースの打ち分け | | | 並行陣へのつき球 | 並行陣へのつき球 | | | |
| 3 | 中級 | 並行陣へのつき球 | 中級 | 中上級 | 初級45 | 中級 | 並行陣へのつき球 | 中上級 | 初中級 | 中級 | 2 | 並行陣へのつき球 | 中級 | 中級 | 初中級 | | |
| | はじめて | | 並行陣へのつき球 | 並行陣へのつき球 | | 並行陣へのつき球 | | 並行陣へのつき球 | ストロークのコースの打ち分け | 並行陣へのつき球 | | | 並行陣へのつき球 | 初級 | ストロークのコースの打ち分け | | |
| 4 | エンジョイ60 | 並行陣へのつき球 | 初級 | 中上級 | イベント | 中上級 | 中級 | レンタルコート | 初級 | ソフトテニス | 11 | 並行陣へのつき球 | 並行陣へのつき球 | 中級 | 中上級 | | |
| | はじめて | | | | | | | | | | | | | | | ストロークのコースの打ち分け | ストロークのコースの打ち分け |
| 9 | P1 | P2 | はじめて | 初中級 | 初中級 | 中級 | P1 | P2 | 中級 | ソフトテニス | 10 | はじめて | 初中級 | ソフトテニス | 7 | 初級 | P1 |
| | はじめて | | | ストロークのコースの打ち分け | ストロークのコースの打ち分け | 並行陣へのつき球 | | | はじめて | | | | 並行陣へのつき球 | ソフトテニス | ストロークのコースの打ち分け | | |
| 10 | 中級 | 中上級 | 初級 | 初中級 | イベント | 中上級 | 中級 | レンタルコート | 初級 | ソフトテニス | 11 | 並行陣へのつき球 | 並行陣へのつき球 | 中級 | 中上級 | | |
| | 並行陣へのつき球 | 並行陣へのつき球 | | ストロークのコースの打ち分け | | 並行陣へのつき球 | 並行陣へのつき球 | | | | | | | | | ソフトテニス | |