

2015年 1月 レベル別チーフコーチ表

1/3~31

	曜日	火曜			水曜			木曜			金曜		
		時間帯	レベル・コート	担当	レベル・コート	担当	レベル・コート	担当	レベル・コート	担当	レベル・コート	担当	
1	9:30 }	W/Y 1	菊池	W/Y 3	菊池	W/Y 1	加茂	W/Y 1	長谷部				
		Y/B 2	大塚幸	B/R 4	佐藤学	B 2	菊池	B/R 2	菊池				
		B/R 34	近藤			B/R 4	阿部	B/R 2					
	10:50					R/G 3	宮下						
2	11:00 }	W/Y 1	近藤	W/Y 3	佐藤学	基礎入門 1	菊池	W/Y 1	菊池				
		B 34	菊池	B/R 4	菊池	W/Y 2	阿部	B/R 2	長谷部				
		R/G 2	宮下			Y/B 3	宮下						
	12:20					B/R 4	加茂						
3	13:00 }	B/R 12	宮下	B/R 4	佐藤学	週替り 12	菊池	12	長谷部				
				基礎入門 3	加茂	24週目	阿部	1	加茂				
				(レベルフリー)		(レベルフリー)							
	14:20												
4	14:30 ~15:50	フォーメーション (B以上)	菊池					戦術 (R以上)	12	佐藤学			
			(※参照)								(女性限定)		
5	ショート 16:00~17:00	ショート 1	大塚	ショート 1	加茂	ショート 1	鈴木正	ショート 1	佐藤学				
		2	境	2	帖佐	2	加茂	2	加茂				
6	ジュニア 17:00~18:30	W 34	大塚	W 34	加茂・帖佐	W 34	鈴木正	W 34	加茂				
		Y/LB 12	宮下	Y/LB 12	佐藤学	Y/LB 12	加茂	Y/LB 12	佐藤学				
7	U-20 19:00~20:30	W/Y 2	佐藤学	W 1	貴一	全U20 12	加茂	全U20 12	佐藤学				
				Y/LB 2	帖佐		貴一		境				
7	一般ナイター 19:00~20:20	Y/B 1	内山	W/Y 3	加茂	W/Y 3	宮下	W/Y 3	大塚幸				
		R/G 34	宮下	BRG 4	佐藤学	BRG 4	鈴木正	BRG 4	加茂				
8	20:30 }	W/Y 1	内山	Y 2	佐藤学	W/Y 2	鈴木正	基礎入門 1	境				
		B/R 2	宮下	B 1	加茂	BRG 34	宮下	Y/B 2	加茂				
		G 3	佐藤学	R/G 34	帖佐			R/G 34	佐藤学				
	21:50												

	曜日	土曜			日曜		
		時間帯	レベル・コート	担当	レベル・コート	担当	
1	7:40 }	W/Y 1	宮下	W/Y 1	宮下		
		B 2	帖佐	B/R 34	加茂・須貝		
		R/G 34	長谷部	G 2	大塚幸		
2	9:00 }	W/Y 1	長谷部	W/Y 1	加茂		
		B/R 34	宮下	B 2	宮下		
		G 2	佐藤学	R/G 34	須貝		
3	10:30 }	W(初) 1	加茂	W/Y 1	加茂		
		Y 2	宮下	B 2	大塚幸		
		B 3	佐藤学	R/G 34	須貝		
4	12:00 ~13:20	W/Y 1	帖佐	Y/B 1	須貝		
		B/R 2	長谷部	R/G 2	大塚幸		
5	13:30 ~14:50	W/Y 1	宮下	W/Y 1	加茂		
		B/R 2	島田	B/R 2	内山		
6	ショート 15:00 ~16:00	ショート 1	佐藤学	ショート 1	宮下		
		2	宮下	2	加茂		
7	ジュニア 16:00~17:30	W 34	佐藤学	W 34	内山		
		Y/LB 12	帖佐	Y/LB 12	宮下		
8	U-20 17:30 ~19:00	W 3	大塚幸	W 3	内山		
		Y/LB 4	帖佐	Y/LB 4	加茂		
9	19:10 ~20:30	Jr強化 12	佐藤学				
		U20強化 12	佐藤学				

東京グリーンヒルズ コーチ一覧表	
ヘッドコーチ	
長谷川真浩 (ハセガワ マサヒロ)	
櫻村裕治 (カムラ ユウジ)	
専任コーチ	
加茂 美幸 (カモ ミキ)	
帖佐 俊介 (テサ シュンスケ)	
宮下 昌洋 (ミヤノ マサヒロ)	
ジュニア強化担当	
佐藤 学 (サトウ マサ)	
インストラクター (五十音順)	
阿部 博子 (アベ ヒロコ)	
石井 湧介 (イシイ ユウスケ)	
内山 滉基 (ウチヤマ ヒロキ)	
大塚 耕平 (オオツカ コウヘイ)	
菊地 里紗 (キクチ リサ)	
近藤 健 (コソドウ ケン)	
今野 恭兵 (イマノ キョウヘイ)	
境 郁吹 (カイ イブキ)	
佐藤 貴一 (サトウ キイチ)	
島田 道明 (シマダ ミチアキ)	
須貝 飛鳥 (スズベ ヒトリ)	
鈴木 達也 (スズキ タツヤ)	
鈴木 正治 (スズキ マサハル)	
長谷部修二 (ハセガワ シュウジ)	
間島 章好 (マツマ アキヨシ)	
山畑 圭史 (ヤマタケ ケイシ)	

- は、今月よりレベル及びコーチ等に変更があったクラスになります。
- ※ レベルの表記は、W(ホワイト)=初級、Y(イエロー)=初中級、B(ブルー)=中級、R(レッド)=中上級、G(グリーン)=上級 が目安になります。
- ※フォーメーションクラスは過去3か月以内で試合に出ている方のみが参加できるクラスです。要確認。 ※ 基礎入門はレベルフリーの基本専門クラスです。
- ※ 戦術クラスは女性限定でゲームで勝つための戦術をマスターするためのクラスです。試合で勝ちたい意欲のある方は是非ご参加ください。
- ※ リズムは「テニスはリズムで上達する」クラスで、テニス&フィットネスで運動量の多いクラスです。レベル設定はありません。
- ※ U-20クラスは中学生以上20歳迄を対象にシングルス中心の練習を行うクラスです。
- ※ 週替りレッスンは右記の別表の通り毎週違ったテーマに基づいてレッスンを行います。レベルはフリーになります。
- ※ 他のお客様がスムーズに振替レッスンを受けられるように、欠席の際のご連絡はお早めいただけるよう協力をお願い致します。

- ※ 欠席の際は開始60分前までの受付となりますのでご注意ください。
- ※ 登録(振替)生徒数に応じてサブコーチが入ります。
- ※ 毎月20日が翌月のシフト発表の目安です。
- ※ 発表後に変更がある場合がありますのでご了承下さい。
- ※ コートNo.は人数によって変更になる場合があります。

1月の週替りレッスン内容 (レベルフリー)		
1月8日	菊地	デッドゾーンを支配(その1)!!
1月15日	阿部	サーブ(1stと2ndサーブの違い)
1月22日	菊地	デッドゾーンを支配(その2)!!
1月29日	阿部	サーブ(コースの打ち分け)