

vol. 11_12.2022

TENNIS ARENA GARDEN NEWS

これだけは心がけている接客へのこだわり

自分を活かした接客を！



堀口 実耀子 MIYOKO HORIGUCHI

血液型 B型

星座 乙女座

趣味 アイドルを観て騒ぐこと、文房具集め

挑戦したいこと 何か楽器をはじめたい

レッスンのご案内



一般コース・G+コース・ジュニアコース | 11・12月期 | 10/31(月)~12/25(日) |



一般コース・G+コース・ジュニアコース | 12/5(月) |

※12/5以降にお申し出の場合、キャンセル料¥3,300がかかります。1・2月期開始後は、1期(2ヶ月)分全額必要です。ご注意ください。



阿波銀行 他銀行
12月分受講料 | 11/22(火) | 11/28(月) |

2023年 1月分受講料 | 12/22(木) | 12/27(火) |

※前日までに口座へのご用意をお願いいたします。



クラス移動 受付開始日 | 12/5(月) 12:00~ | ※先着順になります。

追加レッスンキャンペーン



期間:11/7(月)~11/13(日)・12/12(月)~12/18(日) 1回ずつレッスンが申込できる追加レッスンキャンペーン

●一般コース 11月・12月:¥2,200/回 ●G+コース・一般コース(初クラス) 11月・12月:¥1,430/回

※前日・当日の予約受付になります。

11 November

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
31	1	2	3	4	5	6
11・12月期 START						オレンジボールゲーム大会
オリジナルロングTシャツ販売						
7	8	9	10	11	12	13
追加レッスンキャンペーン						グリーンボールゲーム大会
オリジナルロングTシャツ販売						
ガット祭						
14	15	16	17	18	19	20
オリジナルロングTシャツ販売						
福島休館						
21	22	23	24	25	26	27
オリジナルロングTシャツ販売						
福島休館						
28	29	30	1	2	3	4
オリジナルロングTシャツ販売						
住吉 & 福島休館						

12 December

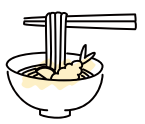
MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
28	29	30	1	2	3	4
オリジナルロングTシャツ販売						住吉 & 福島休館
5	6	7	8	9	10	11
ジュニア祭						
オリジナルロングTシャツ販売						
福島休館						
12	13	14	15	16	17	18
ジュニア祭						特別体験レッスン
アンダーウェア祭(予定)						
追加レッスンキャンペーン						
19	20	21	22	23	24	25
ジュニア祭						
アンダーウェア祭(予定)						
ジュニア追加レッスンキャンペーン						
26	27	28	29	30	31	1
1・2月期 START			インドア選手権大会 予選	インドア選手権大会 予選	年末年始のお休み	
アンダーウェア祭(予定)						

1 January

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
26	27	28	29	30	31	1
2	3	4	5	6	7	8
年末年始のお休み			インドア選手権大会 本戦			
アンダーウェア祭(予定)						
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

スケジュール

- ガット祭
- オリジナルロングTシャツ販売
- オリジナルロングTシャツ販売のみ
- 追加レッスンキャンペーン
- ジュニア祭
- アンダーウェア祭
- 11・12月期START
- オレンジボールゲーム大会
- グリーンボールゲーム大会
- 特別体験レッスン
- インドア選手権大会予選
- インドア選手権大会本戦



オリジナルロングTシャツ販売!!

投票の結果、松山の亀代コーチのデザイン案が投票数最多で採用されました。
投票して頂いた方、ご協力ありがとうございました。
投票者には割引クーポンがLINEにて配信されています！
ぜひ、ご利用ください。

[注文受付期間]

- 店頭受付** 11/1(火)～11/21(月)
- ネット受付** 11/22(火)～12/11(月)

家族やクラスで
Tシャツを揃えよう!



スキルアップ!!

Tennisワンポイントアドバイス

スピンをかけてみよう!その① ラケットをボールの下にセットしよう!!

ラケットをボールの下にセットすることで
自然と下から上のスイングになり、スピンのかけやすくなります。



○ ラケットをボールの下に
セット出来ている状態。



× ラケットをボールの上に
セットしている状態。

G+今期のテーマ別カリキュラム(11・12月期)

貴方の悩みを解消できるのは、ガーデンプラスかもしれない…。

テニスアリーナガーデンだからできる特化型レッスン。

今、福島が熱い!レベルに関係なく受講できます。

ストローククラス/いろんなポジションから打球してみよう!

ベースライン後方、ベースライン付近、サービスライン付近で、そのポジションに必要な打球法や、狙いを意識して、ゲームに生かせるストロークを練習します。

ボレークラス/低いボールの返球

足元に沈められたボールの返球が甘くならないように練習します。深く返球したり、浅く返球したりできるようコントロールを高める練習を行います。ハーフボレーやスライスボレーの練習も併せて行います。

ゲームクラス/ロブを打たれた時の戦術!

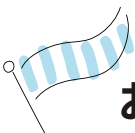
ダブルスには、ロブがつきもの。ロブを打たれて困っていませんか?今回は、ロブを打たれた時の対応とスマッシュやハイボレーの練習。

シングルスクラス/サーブ&ボレーに挑戦!

今回は、シングルスでのネットプレーを練習します。ボレーでの戦術や考え方をお伝えします!

TCEクラス/タバタ式トレーニングで筋力UPだ!

寒い冬を乗り越える為に、タバタで細マッチョを目指そう!ダイエットしたい方におススメします。



お庭訪問(イギリス)その⑤



さて、ガーデンがお手本にする著名なガーデンを紹介するコーナー。

第9回目は、イギリス王室御用達キューガーデンの分園、王立植物園ウエイクハーストです。峡谷と思われる立地に整備された190haの広大な風景が広がります。傾斜地の植栽、作りこまれたハーブ園、湖畔、古い城郭等、郊外である故に本園やウイズリーと違ったワイルドさがあります。1903年よりウエイクハースト卿が世界各国から集めた植物が植栽され、ここも他のガーデンと同様、ナショナルトラストに管理運営されています。

人里離れていながらも、美しさが維持完備されて、「すごいなあー、すごいなあー」が口から連発します。ご訪問の際は、ネットでの事前予約をお勧めします。(井澤)



<https://www.kew.org/wakehurst/buy-tickets>



▶きれいに咲かせるなあ。



▶イギリスでは、時々見かけますが、ミズキの種類だそうです。



▶30年以上の歴史を感じますねー。



▶日本じゃ見ない風景ですね。絵葉書にしたいです。



▶お色もシックです。



▶1本の雑草も見当たらない様です。(驚)



なぜなぜ コーナー

こ あつ なに
10個のぼうしを集めたら、何になれるかな?

がつき こた せいかい つぎ もんだい かんが
9.10月期の答えは食パンでした。みんな正解することはできたかな?次の問題も考えてみよう!!

