

GARDENNEWS



テニスアリーナガーデンからレッスンのご案内

7・8月期レッスン日程

2026/6/22(月)~2026/8/23(日)

クラス移動受付開始日

7/20(月) 12:00~ ※先着順になります

レッスン受講料口座引落日

休会届け締切

2026/8/1(土)

※8/2以降にお申し出の場合、キャンセル料¥3,300がかかります。9・10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。

銀行名	受講月	引落日	受講月	引落日
阿波銀行	7月分受講料	6月22日(月)	8月分受講料	7月22日(水)
他銀行	7月分受講料	6月29日(月)	8月分受講料	7月29日(水)

追加レッスンキャンペーン 1回ずつレッスンがお申込できるキャンペーン！

期間：7/6(月)~7/12(日), 7/27(月)~8/2(日)

- ・50分コース ¥2,310/回
- ・80分コース ¥3,410/回

対象クラス一覧

- ・一般(初~S)・G+ (ガーデンプラス)
- ・ソフトテニス

※詳細はフロントまでご確認ください

バドミントン・ピククルボールのシステムがリニューアル！

7・8月期より、バドミントンおよびピククルボールにおいて、テニスや運動塾からの振替受講ができるように！

バドミントン・ピククルボールの追加レッスンがスタート！

追加レッスン料金：¥2,200/回

追加レッスンキャンペーン料金：¥1,980/回

※期間はテニスの追加レッスンキャンペーンと同じになります。

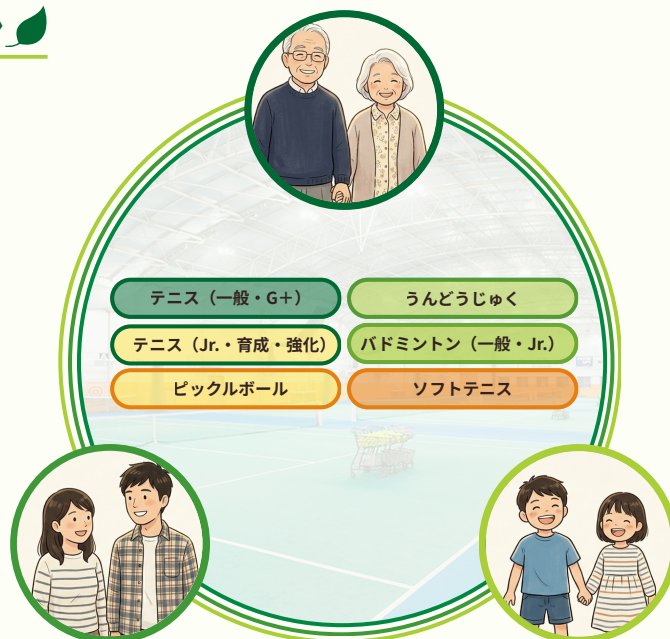
家族3世代で楽しめるテニスアリーナガーデン

お父さん・お母さんも自分の時間を楽しもう

子どもを連れて行って、自分は外で待つだけ...
その時間を自分時間にしませんか？
テニス・バドミントン・ピククルボールなど
複数の種目が用意されています。
忙しい日々の中でも、振替制度や週250以上の
レッスン数のおかげで、自分のスケジュールに
合わせて無理なく通えます。

3世代で「ただいま」が言える場所に

テニスアリーナガーデンの合言葉は「join us！」。
スポーツを通じて、訪れるすべての人と
仲良く・楽しく・健康に、というのが
施設の根本にある考え方です。
家族みんなが笑顔に溢れ、充実した日々を送れる...
そんなガーデンを目指しております。



GARDEN 活動記録

【ジュニアチーム・育成クラス・強化クラスの活動記録】

2026年春季小学生テニス普及大会結果です！

皆さんお疲れ様でした！次の大会に向けても一緒に頑張りましょう！

春季テニス普及大会 結果発表

4年生以下女子（出場者数 2名）



優勝



準優勝

6年生以下女子（出場者数 3名）



優勝



準優勝

4年生以下男子（出場者数 7名）

6年生以下男子（出場者数 3名）

次回の大会もご参加をお待ちしております！

試合に出てみたい！
強くなりたい！

お子様ジュニアチーム・育成クラス、
チームメイト募集中！



詳しくはフロントまで

ガーデンではじめよう！ BADMINTON



今すぐ始めたいくなるバドミントン4つの魅力

バドミントンは、少ない道具で少人数から始められます！高い脂肪燃焼や全身引き締め効果が得られるだけではなく、世界最速のスマッシュや頭脳戦による爽快感と奥深さがあり、年齢や性別を問わず誰もが一緒に楽しめる魅力的なスポーツです！

バドミントンの魅力



手軽さと始めやすさ



高い運動・ダイエット効果



持続可能な健康維持



爽快感と知略戦



体力と知略の
プレイスタイル



年齢・性別を問わない社交性

GARDEN LIFE PLUS

私たちは皆様にとっての「大人のサードプレイス(第3の居場所)」を提供します！

テニススクールのコミュニティ - 繋がりが広がる3つの輪



[GREEN RING: 一番目の輪: クラスの輪]



[BLUE RING: 二番目の輪: スクール全体の輪]



[YELLOW RING: 三番目の輪: 外部への発展]

テニススクールで広がる「3つの輪」

テニススクールは、心地よい仲間が見つかる「大人のサードプレイス(第3の居場所)」です！

① クラスの輪 (基本)

毎週同じ顔ぶれで通うから自然に仲良くなれる、一番身近なアットホーム仲間

② スクール全体の輪 (イベント)

イベントや校内トーナメントで広がる、曜日やクラスを超えたアクティブ仲間

③ 外部への発展

自主練習や草トーナメントと一緒に挑戦する、一歩踏み込んだ深いテニス仲間



うどん塾便り

ガーデンうどんじゅく



「運動ってたのしい！」はじめの1歩！

7・8月期のうどん塾は、7月「剣道」、8月「鉄棒」にチャレンジします！

剣道では礼儀や集中力、相手の動きを見る力を、鉄棒では身体を支える力や逆さ感覚、チャレンジする気持ちを楽しく育てていきます。夏休みは新しい運動に挑戦する絶好のチャンスです。ぜひお友達も誘って、一緒にうどん塾を楽しみましょう！

また徳島校では、9・10月期より50代・60代から始める

「マルチスポーツうどん塾シニアクラス」も検討中です。

今期中にご案内できる予定ですので、楽しみにお待ちください！

年間プログラム計画

わくわくクラス うきうきクラス

1月 ラケット種目	2月 サッカー	3月 ドッジボール
4月 野球	5月 トランポリン	6月 バスケットボール
7月 剣道	8月 鉄棒	9月 走り方&ラグビー
10月 ストラックアウト	11月 マット運動	12月 跳び箱



イベント情報のご案内



2026年8月14日(金)阿波踊り参戦決定



商品情報のご案内

飲料水編



「運動のあいだはハイポ、運動の前後はアイソ」

汗をかいているときは体が水分をすぐ必要としているので、薄くて吸収の速いハイポトニックが活躍します。一方、運動前後のエネルギー補給には、糖分やミネラルが豊富なアイソトニックがオススメ！

アイソトニックとハイポトニックの違い

アイソトニック
(等張性)



- 体液と同じ濃度
- 安静時スムーズに吸収される
- 運動前後のエネルギー補給に【代表的な飲み物】
・ポカリスエット
・アクエリアス

ハイポトニック
(低張性)



- 体液より薄い濃度
- 運動中に素早く吸収される
- 運動中・発汗時の水分補給に【代表的な飲み物】
・イオンウォーター
・VAAMウォーター

使い分け：運動前後・激しい運動→アイソトニック
運動中・発汗時→ハイポトニック