

2025年度 第4期(10月、11月) 週間スケジュール

		月				火				水				木				金				土				日								
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5			
		インドア		アウトコート		インドア		アウトコート		インドア		アウトコート		インドア		アウトコート		インドア		アウトコート		インドア		アウトコート		インドア		アウトコート						
S	8:40～9:40	ゆっくり 長尾												ゆっくり 長尾				S	7:55～9:25	C2～C1 柏木	A3～A1 本田			S	7:55～9:25	C2～C1 山下	A3～A1 柴田							
A	9:45～11:15	C1 長尾	A3～A1 杉本		C1～A3 内田	A2～E2 渡部	ゲーム2 柏木	F～C2 水村	A3～A1 長尾	C2～C1 内田	A3～A1 小野	ゲーム2 漆原	C1 長尾	A3～A1 杉本	ゲーム1		Jr. S	8:25～9:25			J1 柴田	J2 内田		Jr. S	8:25～9:25		J1 稻村	J2 柏木						
B	11:20～12:50	C2～C1 内田	A3～A1 長尾		F～C2 渡部	C1～A3 内田	ゲーム1 杉本	ゲーム2 柏木	C2～C1 加賀谷	A3～A1 長尾	ゲーム2 水村	ゲーム1 内田	C2 内田	C1～A3 小野	ゲーム2 漆原	ゲーム1 杉本	C2～C1 長尾	A3～A1 杉本	ゲーム1 前田 (晶)		A	9:30～11:00	C1～A2 杉本	A2～E2 小野	A3～A1 柴田	C2～C1 内田	9:30～10:30 J2 川島	A	9:30～11:00	C1～A3 内田	A2～E2 長尾	F～C2 柏木	C1～A3 山下	A2～E2 柴田
星	12:55～13:55	初級 杉本					初級 柏木		はじめて 内田	初級 加賀谷				初級 小野			はじめて				B	11:05～12:35	C2～C1 内田	A2～E2 杉本	C2～C1 小野	A3～A2 柴田	11:05～12:05 ちびっこ 柏木	B	11:05～12:35	C2～C1 内田	A3～A1 長尾	11:05～12:05 ちびっこ 稻村	C2～C1 小野	A3～A1 柴田
C	14:00～15:30	F～C2 水村	C1～A3 長尾		C2～C1 柏木	A3～A2 杉本		C2～C1 加賀谷	A3～A1 長尾		C2～C1 杉本	未開講			女子 ダブルス 90分 漆原	C1～A3 長尾			Jr. C	12:10～13:10				J4 川島	Jr. C	12:40～13:40			J3 柴田					
D	15:35～17:05		C2～C1 小野			A3～A1 下村			A3～A1 長尾		C2～C1 柏木			C2～C1 長尾				C	12:40～14:10	F～C2 水村	C1～A3 柏木		トーナメント2 小野		C	12:40～14:10	F～C2 稻村	C1～A2 若松	A2～E2 山下	C2～C1 柏木				
ちびっこ	15:35～16:25						ちびっこ 稻村						ちびっこ 小野				Jr. D	13:15～14:15			J3 川島			Jr. D	13:45～14:45				J1 小野					
Jr. A	16:30～17:30	J1 水村			J1 内田			J1 稻村					J1 若松				D	14:15～15:45	C1～A3 内田	A2～E2 杉本	J4&ST2 柏木	ST1 水村		D	14:15～15:45	C2～C1 若松	A3～A1 柏木	J4&ST2 水村	ST1 内田					
Jr. B	17:35～18:35	J2 柴田	J3 小野	J4 水村		J2 内田	J3 柴田		J2 柏木	J3 稻村		J2 渡部	J3 柏木		J2 若松	J3 小野	J4 水村		E	15:50～17:20	C2～C1 小野	A3～A1 内田				Jr. E	14:50～15:50				J2 小野			
F	19:00～20:30		A3～A1 小野		F～C2 加賀谷	A3～A1 柴田		C2～C1 渡部	A2～E2 柏木	J4&ST2 稻村		C2～C1 柴田	A3～A1 柏木	J4&ST2 渡部		F～C2 渡部	C1～A2 水村	J4&ST2 小野	ST1 若松	F	17:25～18:55	C1～A3 内田	A2～E2 水村				E	15:50～17:20	F 水村	C2～C1 内田				
G	20:35～22:05	C1～A3 柴田	A2～E2 小野		C2～C1 加賀谷	A3～A1 内田		C1～A3 柏木	A2～A1 渡部	トーナメント1 古池		C1～A3 柏木	A3～A1 川島		C2～C1 渡部	A2～E2 水村	C2～C1 小野	トーナメント1 古池	G	19:00～20:30	C2～C1 水村	A3～A1 長尾				F	17:25～18:55	C2 水村	C1～A3 小野					
H	22:10～23:40	A3～A1 柴田				A2～E2 柏木		A2～A1 柏木			C1～A3 川島	A2～E2 柏木		C1～A3 水村	A2～E2 小野			H	20:35～22:05	C1～A2 水村	A1～SE 長尾													

* 担当コーチは、変更の場合もあります
ので、予めご了承ください。

・赤字…変更クラス(コーチ・レベル・時間)

・青字…未開講クラス

【 クラス対象レベル 】

はじめて………F
ゆっくり………C2以上、50歳以上
初級………C2～C1
ST1………中高生F
ST2………中高生C2以上

ゲーム1………A2以上
ゲーム2………C1～A3
トーナメント1………A1以上
トーナメント2………A3～A1
女子ダブルス………女性・C1以上

…ジュニアコース

…シングルスクラス

注)「はじめて」「F」のクラスには個人レベルがC2以上の方はおりいただけません。

セサミテニススクール東久留米
TEL 042-472-1191

2025年度 第5期(12月、1月) 週間スケジュール

		月				火				水				木				金				土				日											
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5					
		インドア	アウトコート	インドア	アウトコート	インドア	アウトコート	インドア	アウトコート	インドア	アウトコート	インドア	アウトコート	インドア	アウトコート	インドア	アウトコート	インドア	アウトコート	インドア	アウトコート	インドア	アウトコート	インドア	アウトコート	インドア	アウトコート	インドア	アウトコート								
S	8:40～9:40	ゆっくり 長尾												ゆっくり 長尾				S	7:55～9:25	C2～C1 柏木	A3～A1 本田			S	7:55～9:25	C2～C1 山下	A3～A1 柴田										
A	9:45～11:15	C1 長尾	A3～A1 杉本			C1～A3 内田	A2～E2 渡部		ゲーム2 柏木	F～C2 水村	A3～A1 長尾		C2～C1 内田	A3～A1 小野	ゲーム2 漆原		C1 長尾	A3～A1 杉本	ゲーム1 1		Jr. S	8:25～9:25			J1 柴田	J2 内田		Jr. S	8:25～9:25		J1 稻村	J2 柏木					
B	11:20～12:50	C2～C1 内田	A3～A1 長尾			F～C2 渡部	C1～A3 内田	ゲーム1 杉本	ゲーム2 柏木	C2～C1 加賀谷	A3～A1 長尾	ゲーム2 水村	ゲーム1 内田	C2 内田	C1～A3 小野	ゲーム2 漆原	ゲーム1 杉木	C2～C1 長尾	A3～A1 杉本	ゲーム1 前田 (晶)		A	9:30～11:00	C1～A2 杉本	A2～E2 小野	A3～A1 柴田	C2～C1 内田	9:30～10:30 J2 川島	A	9:30～11:00	C1～A3 内田	A2～E2 長尾	F～C2 柏木	C1～A3 山下	A2～E2 柴田		
昼	12:55～13:55	初級 杉本				初級 柏木		はじめて 内田	初級 加賀谷					初級 小野			はじめて				B	11:05～12:35	C2～C1 内田	A2～E2 杉本	C2～C1 小野	A3～A2 柴田	11:05～12:05 ちびっこ 柏木	B	11:05～12:35	C2～C1 内田	A3～A1 長尾	11:05～12:05 ちびっこ 稻村	C2～C1 小野	A3～A1 柴田			
C	14:00～15:30	F～C2 水村	C1～A3 長尾			C2～C1 柏木	A3～A2 杉本			C2～C1 加賀谷	A3～A1 長尾			C2～C1 杉本			女子 ダブルス 90分 漆原	C1～A3 長尾			Jr. C	12:10～13:10					J4 川島	Jr. C	12:40～13:40			J3 柴田					
D	15:35～17:05		C2～C1 小野			A3～A1 下村			A3～A1 長尾				C2～C1 柏木			C2～C1 長尾				C	12:40～14:10	F～C2 水村	C1～A3 柏木		トーナメント2 小野		C	12:40～14:10	F～C2 稻村	C1～A2 若松	A2～E2 山下	C2～C1 柏木					
ちびっこ	15:35～16:25							ちびっこ 稻村						ちびっこ 小野				Jr. D	13:15～14:15				J3 川島		Jr. D	13:45～14:45					J1 小野						
Jr. A	16:30～17:30	J1 水村				J1 内田			J1 稻村					J1 若松				D	14:15～15:45	C1～A3 内田	A2～E2 杉本	J4&ST2 柏木	ST1 水村		D	14:15～15:45	C2～C1 若松	A3～A1 柏木	J4&ST2 水村	ST1 内田							
Jr. B	17:35～18:35	J2 柴田	J3 小野	未開講		J2 内田	J3 柴田		J2 柏木	J3 稻村			J2 渡部	J3 柏木		J2 若松	J3 小野	J4 水村		E	15:50～17:20	C2～C1 小野	A3～A1 内田				Jr. E	14:50～15:50				J2 小野					
F	19:00～20:30		A3～A1 小野			F～C2 加賀谷	A3～A1 柴田		C2～C1 渡部	A2～E2 柏木	J4&ST2 稻村		C2～C1 柴田	A3～A1 柏木	J4&ST2 渡部		F～C2 渡部	C1～A2 水村	J4&ST2 小野	ST1 若松	F	17:25～18:55	C1～A3 内田	A2～E2 水村				E	15:50～17:20	F 水村	C2～C1 内田						
G	20:35～22:05	C1～A3 柴田	A2～E2 小野			C2～C1 加賀谷	A3～A1 内田		C1～A3 柏木	A2～A1 渡部	トーナメント1 古池		C1～A3 柏木	A3～A1 川島		C2～C1 渡部	A2～E2 水村	C2～C1 小野	トーナメント1 古池	G	19:00～20:30	C2～C1 水村	A3～A1 長尾				F	17:25～18:55	C2 水村	C1～A3 小野							
H	22:10～23:40	A3～A1 柴田				A2～E2 柴田		A2～A1 柏木				C1～A3 川島	A2～E2 柏木		C1～A3 水村	A2～E2 小野		C1～A3 水村	A2～E2 小野	A1～SE 長尾		H	20:35～22:05	C1～A2 水村	A1～SE 長尾												

* オレンジ色の枠 ……コーチが週替わりになります。

* 担当コーチは、変更の場合もあります
ので、予めご了承ください。
・赤字…変更クラス(コーチ・レベル・時間)
・青字…未開講クラス

【 クラス対象レベル 】

はじめて……………F
ゆっくり……………C2以上、50歳以上
初級……………C2～C1
ST1……………中高生F
ST2……………中高生C2以上

ゲーム1……………A2以上
ゲーム2……………C1～A3
トーナメント1……………A1以上
トーナメント2……………A3～A1
女子ダブルス……………女性・C1以上

…ジュニアコース

…シングルスクラス

注)「はじめて」「F」のクラスには個人レベルがC2以上の方はお入りいただけません。

セサミテニススクール東久留米
TEL 042-472-1191