

宮の森スポーツ倶楽部

【種目別内容】



Tennis School

テニススクール

テニススクール

日本プロテニス協会(JPTA)のインストラクターが指導し、着実なレベルアップを目指します。

- | | | |
|-----------------|--------------|------------|
| レギュラーコース | 特別クラス | ※各店舗によります。 |
| ビギナー/初級/初中級 | トーナメント | |
| 中級/中上級/上級 | 初心者受け放題 | |

ジュニアテニススクール

4才から中学生を対象に年齢・細かなグレードに分け、テニスの基本・マナー・ルールを覚え上達する楽しさ・喜びを有するレッスンをを行います。

- | | | |
|-------------------|----------------|------------|
| レギュラーコース | 選手育成クラス | ※各店舗によります。 |
| キッズ/レッド/オレンジ/グリーン | プレイヤーズ | |

『PLAY & STAYプログラム』導入

ITF【国際テニス連盟】が開発した指導法です。年齢・体格に合わせた適切な道具(ラケット・ボール・コート)を使うことで、子供に合ったバウンドになり容易にラリーが続き、スムーズに子供たちを上達させることができるプログラムです。

ソフトテニススクール

部活生を対象に、実践的なダブルス・シングル形式の練習をする強化クラスです。 ※中学生～高校生。東麻生のみ。



Golf School

ゴルフスクール

ゴルフスクール

初心者から上級者まで、レベルに合わせて握り方や構え方からレッスンを行います。着実なレベルアップを目指し、ゴルフ場でのコースレッスンも行っています。

- ※宮の森のみレベル別クラス
- ステップクラス**
- 入門・初心者から平均スコア120台の方
- マスターズクラス**
- 平均スコア110台から100台の方

ジュニアゴルフスクール

小学生から中学生を対象に、初心者のお子様も楽しく・安心して練習して頂けます。それぞれのレベルに合わせて、基本スイングを指導していきます。

- ・ボール代込みのレッスン料・・・レッスン中は何球打っても追加料金なし!
- ・練習を応援!!フリー練習無料制度・・・レッスン以外で打席の空いている時間は無料で練習ができます。



Junior School

ジュニア体育スクール

ジュニア体育スクール

1歳半から中学生まで、各クラスごとに「到達目標」を設定。様々な体の動かし方を身に付けて頂ける、オリジナルのカリキュラムで行います。運動が得意なお子様も、苦手なお子様も、楽しんで取り組めるカリキュラムとなっております。

1歳/2歳/3歳(年少)/4歳(年中)/5歳(年長)/小学生/中学生



- ・プレスクール【対象1歳半～3歳】
- 自由に遊びながら新しいお友達と遊ぶ中で社会性を身につけて、身体を動かす楽しさを体感してもらえます。(プレスクールから通常クラスへの編入も可能)



Badminton School

バドミントンスクール

バドミントンスクール

ラケットの握り方や打ち方など、基礎を学んでバドミントンを楽しみます。初心者から経験者までレベルに合わせてレッスンをを行います。

大人クラス・・・高校生以上

ジュニアクラス・・・小学生～中学生



ゴールデンキッズ

お子様の運動神経を多角的に向上させることを目的としたスクールです。

対象: 年長～小学生 ※年小～年中までの「プレゴールデンキッズ」も開講中

神経系プログラム 走る練習

球技系プログラム 投げる・捕る

リズム系プログラム リズムク

