

# アカデミークラス レッスンタイムテーブル

| 曜日 |                 | 月               | 水        | 木             | 金        |
|----|-----------------|-----------------|----------|---------------|----------|
| 時間 | 担当              | 築元 羽柴 吉川        | 羽柴 吉川 高橋 | 築元 …          | 築元 羽柴 吉川 |
|    | ①               | 17:00<br>~19:00 | B        | (18:00~20:00) | B        |
| ②  | 17:30<br>~20:30 | A               |          |               |          |

| 曜日 |                 | 土               | 日               |
|----|-----------------|-----------------|-----------------|
| 時間 | 担当              | 築元 羽柴 吉川        | 築元 羽柴 吉川        |
|    | ①               | 14:30<br>~17:30 | (15:30~18:30) B |
| ②  | 14:30<br>~18:30 | A               |                 |

| クラス説明 |        |                                              |
|-------|--------|----------------------------------------------|
| 表記    | 対象     | 内容                                           |
| B     | 小学3年生~ | 基本的な技術練習~ポイント練習<br>各種コーディネーショントレーニング         |
| A     | 小学4年生~ | 実践的な試合を想定した基本練習~応用練習<br>年齢に応じた強度のフィジカルトレーニング |