

# 令和8年3月 レベル別チーフコーチ表

# テニスキ! Project

	曜日	月曜		火曜		水曜		木曜		金曜	
	時間帯	レベル・コート	担当	レベル・コート	担当	レベル・コート	担当	レベル・コート	担当	レベル・コート	担当
1	9:30			W/Y 1 長谷部	W/Y 1 菊地	Y/B 1-2 金子	W/Y 1-2 長谷部	Y/B 1-2 金子	W/Y 1-2 長谷部	Y/B 1-2 長谷部	W/Y 1-2 長谷部
	10:50			Y/B 3-4 菊地	B/R 3 室園	B/R 4 阿部	B/R 3-4 菊地	B/R 4 阿部	B/R 3-4 菊地	B/R 3-4 菊地	B/R 3-4 菊地
2	11:00			B 3-4 菊地	B/R 3 室園	B/R 3 室園	W/Y 1-2 菊地	Y/B 2 室園	W/Y 1-2 菊地	W/Y 1-2 菊地	W/Y 1-2 菊地
	12:20			R/G 2 長谷部		Y/B 2 室園	B/R 3-4 長谷部	B/R 3-4 金子	B/R 3-4 長谷部	B/R 3-4 長谷部	B/R 3-4 長谷部
3	13:00			Y/B 1-2 長谷部	R/G 1-2 菊地	B/R/G 1-2 室園	W/Y 1-2 長谷部	Y/B 1-2 室園	W/Y 1-2 長谷部	W/Y 1-2 長谷部	W/Y 1-2 長谷部
	14:20			B/R 3-4 室園			Y/B 1-2 長谷部	B/R 3-4 室園	Y/B 1-2 長谷部	Y/B 1-2 長谷部	Y/B 1-2 長谷部
4	14:30 ~15:50			フォーマーシヨ 1-2 菊地 (B以上) <b>(※参照)</b>							
5	ショート 16:00~17:00			W 1 室園	W 1 室園	W 1 加藤	W 1 長谷部	W 1 加藤	W 1 長谷部	W 1 長谷部	W 1 長谷部
6	ジュニア 17:00 ~18:30			Y 2 野本	Y 2 野本		Y 2 酒井	Y 2 酒井	Y 2 酒井	Y 2 酒井	Y 2 酒井
				W 2 室園	W 2 室園	W 2 大塚	W 1 長谷部	W 1 長谷部	W 1 長谷部	W 1 長谷部	W 1 長谷部
	プレイヤーズ 16:30~19:00	月曜プレイヤーズ A / B 17:00~19:30		Y/LB 1 野本	Y/LB 1 野本	Y/LB 1 加藤	Y/LB 2 酒井	Y/LB 1 加藤	Y/LB 2 酒井	Y/LB 2 酒井	Y/LB 2 酒井
	18:00~20:30	A / B 長山		A 3 長山	B 3 大塚	A 3 長山	B 3 菅原	A 3 長山	B 3 菅原	A 3 長山	B 3 菅原
7	U-20 19:00~20:30			B 4 菅原	A 4 長山	B 4 菅原	A 4 長山	B 4 菅原	A 4 長山	B 4 菅原	A 4 長山
	一般ナイター 19:00~20:20			W 1 大塚	W 3 野本	W 1 大塚	W 3 大塚	W 1 大塚	W 3 大塚	W 1 大塚	W 3 大塚
8	20:30			Y/LB 2 菅原	Y/LB 2 菅原	Y/LB 2 菅原	Y/LB 2 菅原	Y/LB 2 菅原	Y/LB 2 菅原	Y/LB 2 菅原	Y/LB 2 菅原
				Y/B 3 野本	W/Y 1 大塚	W/Y 3 加藤	Y/B 1 野本	Y/B 1 野本	Y/B 1 野本	Y/B 1 野本	Y/B 1 野本
	21:50			R/G 4 長山	B/R/G 2 加藤	R/G 4 長山	R/G 2 酒井	R/G 2 酒井	R/G 2 酒井	R/G 2 酒井	
				W/Y 1 大塚	Y/B 1-2 加藤	Y/B 1-2 加藤	W/Y 1 野本	W/Y 1 野本	W/Y 1 野本	W/Y 1 野本	
				B/R 2 野本	B/R 4 野本	Y/B 2 大塚	Y/B 2 大塚	Y/B 2 大塚	Y/B 2 大塚	Y/B 2 大塚	
				G 3-4 長山	R/G 3 大塚	R/G 3-4 長山	R/G 3-4 酒井	R/G 3-4 酒井	R/G 3-4 酒井	R/G 3-4 酒井	

	曜日	土曜		日曜	
	時間帯	レベル・コート	担当	レベル・コート	担当
1	7:40	W/Y 4 野本	W/Y 4 長谷部	W/Y 4 長谷部	W/Y 4 長谷部
	9:00	B 3 室園	B/R 1-2 加藤	B/R 1-2 加藤	B/R 1-2 加藤
2	9:05	R/G 1-2 加藤	G 3 室園	G 3 室園	G 3 室園
	10:25	W/Y 4 野本	W/Y 4 益子	W/Y 4 益子	W/Y 4 益子
3	10:30	B/R 1-2 加藤	B 3 長谷部	B 3 長谷部	B 3 長谷部
		G 3 室園	R/G 1-2 室園	R/G 1-2 室園	R/G 1-2 室園
4	12:00 ~13:20	W(初) 1 菊地	W 1 加藤	W 1 加藤	W 1 加藤
		Y/B 3 金子	Y/B 2 帖佐	Y/B 2 帖佐	Y/B 2 帖佐
5	13:30 ~14:50	B/R 2 大塚	B/R 3 長谷部	B/R 3 長谷部	B/R 3 長谷部
		R/G 4 室園	R/G 4 室園	R/G 4 室園	R/G 4 室園
6	14:00~15:00	ジュニア W 2 大塚	R/G 3-4 帖佐	R/G 3-4 帖佐	R/G 3-4 帖佐
		ジュニア Y/LB 1 加藤	W 1 益子	W 1 益子	W 1 益子
7	15:00 ~16:00	W 1 加藤	W/Y 4 長谷部	W/Y 4 長谷部	W/Y 4 長谷部
		W 1 長谷部	B/R 3 加藤	B/R 3 加藤	B/R 3 加藤
8	16:00~17:30	W 1 加藤	W 1 室園	W 1 室園	W 1 室園
		W 1 長谷部	W 1 室園	W 1 室園	W 1 室園
9	17:30~19:00	W 1 加藤	W 1 室園	W 1 室園	W 1 室園
		W 1 長谷部	W 1 室園	W 1 室園	W 1 室園
10	17:30~20:00	W 1 加藤	W 1 室園	W 1 室園	W 1 室園
		W 1 長谷部	W 1 室園	W 1 室園	W 1 室園
11	19:00~20:30	W 1 加藤	W 1 室園	W 1 室園	W 1 室園
		W 1 長谷部	W 1 室園	W 1 室園	W 1 室園

東京グリーンヒルズ コーチ一覧表	
<b>ヘッドコーチ</b>	
金子 健一郎 (カネ ケイイチロウ)	
<b>ヘッドコーチ代理</b>	
加藤 太郎 (カウ タロウ)	
<b>チーフコーチ</b>	
室園 尚希 (ムロノノナカ)	
野本 聡 (ノト アキラ)	
<b>専任コーチ</b>	
鈴木 達也 (スズキ タツヤ)	
益子 和夫 (マシコ ワカ)	
<b>ジュニアヘッドコーチ</b>	
長山 秀紀 (ナガヤマ ヒデキ)	
<b>インストラクター (五十音順)</b>	
阿部 博子 (アベ ヒロコ)	
岩本 安代 (イワモト ヤスヨ)	
江上 芳朗 (エガミヨシロウ)	
大塚 幸太 (オオツカ ユウタ)	
川崎 拓人 (カワサキ タクト)	
菊地 里紗 (キキチ リサ)	
酒井 洋人 (サカイ ヒロト)	
菅原 優作 (スガハラ ユウサク)	
高須 健介 (タカス ケンケイ)	
帖佐 俊介 (テシザ シュンケイ)	
長谷部 修二 (ハセベ シュウジ)	

は、今月よりコート、レベル又はコーチ等に変更があったクラスです。

- ※ U-20クラスは原則中学生以上20歳迄を対象にしています。
- ※ レベルの表記は、W(ホワイト)=初級、Y(イエロー)=初中級、B(ブルー)=中級、R(レッド)=中上級、G(グリーン)=上級 が目安になります。
- ※ フォーメーションクラスは、過去3か月以内に試合に出ている方が参加できるクラスです。要確認。
- ※ リズムは「テニスはリズムで上達する」クラスで、テニス&フィットネスで運動量の多いクラスです。レベル設定はありません。
- ※ 他のお客様がスムーズに振替レッスンを受けられますように、欠席の際はお早めにご連絡いただきますようご協力をお願い致します。

- ※ 欠席の際は開始60分前までの受付となりますのでご注意ください。
- ※ 登録(振替)生徒数に応じてサブコーチが入ります。
- ※ 毎月21日が翌月のシフト発表の目安です。
- ※ 発表後に変更がある場合がありますのでご了承下さい。
- ※ コートNo.は人数によって変更になる場合があります。

テニススクール東京グリーンヒルズ 出欠連絡はこちらから→

PC(パソコン)  
携帯(スマホ含)

<https://www.lan.jp/greenhills/web>  
<https://www.lan.jp/greenhills/keitai>