



暑熱順化で夏バテしないカラダづくりを! テニスで健康的な夏に!

しょねつじゅんか 暑熱順化とは

血流量や汗の量、体温上昇をコントロールしやすく、カラダを暑さに順応させることです。汗をかくの避けるのは、夏バテや熱中症のリスクが増すのでNG! 汗をかく習慣を身につけ、暑さに負けない夏を迎えましょう。



Enjoy & Improve!
~楽しみながら上達を~

ITC独自の
目的別レッスンで
大満足!



友達をつくらう!



体力維持に!

- 実はテニスは いいことだらけ!
- 1 プレーを通して脳を活性化
 - 2 リフレッシュ&ストレス解消
 - 3 無理のないプレーで年齢を問わない
 - 4 全身運動だから体のバランスが良くなる
 - 5 家族や友達と楽しめる

悩むなら! まずは体験レッスン!

どちらも体験OK!
ジュニアクラス | レギュラークラス

初めてでも安心!
初心者歓迎!

お気軽に参加!
手ぶらでOK!

安心の3ステップで始めやすい! 入会しやすい!

1 まず無料体験レッスンにご参加ください!

WEBからのお申込みで
通常価格 500円
0円

2 おためしスクール(4回)に参加!

今なら試しやすい
7月期 1ヶ月分のみ
or
8月期 半額

3 ご満足いただけたら、本入会!

特典1 入会金 0円
特典2 下記いずれかをプレゼント!
シューズ or ラケット or ITCギフト券 5,000円分
特典3 半年契約ならさらにお得!
初月会費 半額



WEB予約で
体験 無料



スポーツしたくても怖い... 運動不足で身体が弱って病気になるそう...

その心配・不安... ITCテニススクールが 解決!

- 安心.1 テニスはソーシャルディスタンスを保ってできるスポーツなので安心!
 - 安心.2 ITCテニススクールならコロナ対策バッチリで安心!
 - 安全・安心のための取り組み
 - 1 来場時の消毒、施設内の除菌・消毒の徹底
 - 2 施設内の換気万全
 - 3 スタッフ・利用者の体調チェックリストの提出の徹底
 - 4 スタッフはマスク着用、利用者はオンコート以外はマスク着用
 - 5 施設内でのソーシャルディスタンスの徹底
- 感染拡大予防に、ご協力お願い致します。



キャンペーンの詳細やスクール情報はHPやfacebookからチェック!

facebook
ITCテニススクール公式フェイスブック
http://www.facebook.com/tennis_ITC

ITCテニススクール公式ホームページ
http://www.i-tennis.co.jp/go_out/

ご入会いただくと、もれなくプレゼント!
初クラスにご入会いただいた方に ITCテニススクール ガイダンス
キッズにご入会いただいた方に ジュニアクラブノート



IHCテニススクールは「心と体の元気」を応援いたします!

西神ニュータウンテニスガーデン

IHCテニススクールは全国に19施設、年間10万人の方が利用されています。

まずは体験!

体験レッスンまでの流れ



WEBにて、自分のレベル、時間割表を見てスクールへ電話。



レッスン開始10分前にフロントへ来て、アンケート用紙に記入。



実際にコートでレッスンを受講します。レッスン終了後、コーチの説明を受けます。



フロントでレッスン終了のアンケート用紙に記入頂き、スクールについてご説明致します。



ソフトテニス(軟式テニス)

対象 小学1年生～中学生

- 部活外でもボールが打ちたい!
- 中学から始めたい!
- もっと上達したい!

一般スクール

スクールのスケジュールはこちらからご確認ください。



ニーズに合わせてクラスを選べる目的別スクール

はじめての方に安心の初心者コース(はじめてコース)経験者には、基本・エンジョイ・応用・実戦など。

2クラス目以降受講料 **半額**



ジュニアクラブ

スクールのスケジュールはこちらからご確認ください。



5歳児からのスクール 殻を打ち破れる、少年少女を育てたい。

はじめての習い事に最適
テニスが育む体の成長
テニスが育む心の成長

2クラス目以降受講料 **半額**



コース	時間	受講料	おためし価格	内容
はじめて	60分	5,194円～	2,597円～	テニスははじめての方。ラケットの持ち方から始めていきます。まずは基本ショットを覚えましょう。
基本	90分	7,842円～	3,921円～	球出し練習で一通りのショットやラリーができるようになる為の基礎練習を行います。
エンジョイゲーム		7,842円～	3,921円～	テーマ毎に基本的なダブルスの陣形などをわかり易く、楽しく指導します。
応用	90分	9,166円～	4,583円～	ラリー練習を中心にゲームで使うショットやゲームの動き、ポジションなどを練習します。
実戦	90分	9,166円～	4,583円～	ダブルスでのパターン練習を行います。高度なショット練習なども指導します。
LT レディース トーナメント	90分	9,166円～	4,583円～	女性専用でトーナメント参加者向けクラス。

◎ナイター(18:40以降)、月5回レッスンは料金が異なります。

コース	時間	受講料	おためし価格	内容
キッズ (5歳～小4) テニスがはじめて	60分	5,194円～	2,597円	ボール感覚や基礎動作を学びます。だから、もっともっとテニスが好きになる!
ジュニア (小5～) テニス経験者	80分	7,129円～	3,564円	基本フォームやフットワークを身につけます。いよいよ本格テニスへの導入です。
ジュニアマスター (小・中学生) テニス実績経験者	80分	7,231円～	3,615円	楽しく、また厳しく、本格的な競技テニスへのチャレンジコースです。
ソフト テニス (小6～中学生)	60分	5,601円～	2,800円	ソフトテニス未経験者や中学生でソフトテニスを始めたばかりの方や基本からみっちりやりたい方対象。
	80分	7,231円～	3,615円	
ソフトジュニア (小1～小6)	80分	7,129円～	3,564円	小学1年生から6年生でソフトを始めたい方

◎ITF(国際テニス連盟)推奨の"Play&Stay"プログラムを取り入れています。
◎月5回レッスンは料金が異なります。

西神ニュータウンテニスガーデンクラブ会員募集中

- 仲間集めやコート予約の必要なくプレーできます。
- 1年間の短期会員制です。●途中入会できます。

会員種類 ※会員費は全て税込です

- ①全日年間会員:66,000円(令和4年4/1～令和5年3/31)※年末年始休業日除く
- ②平日年間会員:52,000円(令和4年4/1～令和5年3/31)※土日祝、年末年始休業日除く
- ③全日半年会員:34,000円(令和4年4/1～令和4年9/30)
- ④平日半年会員:27,000円(令和4年4/1～令和4年9/30)※土日祝除く

利用時間 ●9:00-17:00※夏季時間延長あり

コンディショニングジム・コアフィールド

「動けるカラダへ」全プログラムプロのトレーナー付きで安心安全納得!



まずは体験から!



グループトレーニング 体験料1,000円 ▶ 今なら、即日入会で体験料&入会金無料

ゆうゆう倶楽部

55歳以上のメンバー多数在籍!

知り合いがいなくても大丈夫!参加自由のテニスサークル!ゲームがしてみたい...、親しい友達を作りたい...。そんな思いをお持ちの方は、ぜひ「ゆうゆう倶楽部」へ!初級以上で仲間と楽しくゲームが出来る人なら誰でも参加OK!色々な人とペアで組んで楽しみましょう!

対象 西神テニスガーデンスクール生(基本・エンジョイゲーム以上で、ゲームを楽しめる方)
定員 16名 参加費用 330円(税込)/1人
時間 13:00～15:30(水・木・金)

お申し込みはフロントまでご確認ください。

※途中参加、途中退場OK!

1回 2.5時間 330円

緑に囲まれたテニスコート!



ここが違う! 10のポイント!

- 1 目的別指導ですので、初めての方も安心!
- 2 イベント盛りだくさんで充実のテニスライフ!
- 3 IHCテニスコーチングスタッフが、楽しく情熱的に指導いたします。
- 4 自己欠席の場合、何回でも振替ができます。
- 5 スクールに入会している家族間でも振替が使えます。
- 6 複数受講の割引制度もあります。
- 7 受講料は月額制を導入。
- 8 ラケット20%割引をはじめ、テニス用品の格安購入ができます。
- 9 「手ぶらでOK」ラケット・シューズ無料レンタル!
- 10 スクール生同士のミニ会員制「ゆうゆう倶楽部」でゲームを楽しめます。

【受付時間】

- 月曜 AM9:00～PM6:45
- 平日 AM9:00～PM9:30
- 土曜 AM9:00～PM8:00
- 日曜 AM9:00～PM5:00

【施設案内】

- 砂入り人工芝13面(ナイター設備2面)
- 無料専用駐車場(82台完備)
- クラブハウス(更衣室、シャワールーム、プロショップ・レンタルラケットサービスなど)

レンタルコート(税込)

平日 1,400円 土・日・祝 1,700円
(1時間あたり) (1時間あたり)



●地下鉄「西神中央駅」下車北東へ徒歩7分

TEL.078-991-2477

〒651-2271
神戸市西区高塚台4-12

http://www.i-tennis.co.jp/school/seishin/

※掲載料金はすべて税込価格となります。

