

网球日程安排表(2019年4月-2019年12月)

4月

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
31	1	2	3	4	5	6
春短	春短	春短	春短	春短	春短	春短
7	8	9	10	11	12	13
春短	春短	春短	春短	42	42	42
14	15	16	17	18	19	20
43	43	43	43	43	43	43
21	22	23	24	25	26	27
43	43	43	43	43	43	43
28	29	30				
43	43	43				

5月

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
			1	2	3	4
			43	43	43	43
5	6	7	8	9	10	11
43	43	43	43	43	43	43
12	13	14	15	16	17	18
43	43	43	43	43	43	43
19	20	21	22	23	24	25
43	43	43	43	43	43	43
26	27	28	29	30	31	
43	43	43	43	43	43	

6月

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
						1
						43
2	3	4	5	6	7	8
43	43	43	43	43	43	43
9	10	11	12	13	14	15
44	44	44	44	44	44	44
16	17	18	19	20	21	22
44	44	44	44	44	44	44
23	24	25	26	27	28	29
44	44	44	44	44	44	44

7月

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
30	1	2	3	4	5	6
44	44	44	44	44	44	44
7	8	9	10	11	12	13
44	44	44	44	44	44	44
14	15	16	17	18	19	20
44	44	44	44	44	44	夏短
21	22	23	24	25	26	27
夏短	夏短	夏短	夏短	夏短	夏短	夏短
28	29	30	31			
夏短	夏短	夏短	夏短			

8月

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
				1	3	3
				夏短	夏短	夏短
4	5	6	7	8	9	10
夏短	夏短	夏短	夏短	夏短	夏短	夏短
11	12	13	14	15	16	17
夏短	夏短	夏短	夏短	夏短	夏短	44
18	19	20	21	22	23	24
44	44	44	44	44	44	44
25	26	27	28	29	30	31
44	44	44	44	44	44	44

9月

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
1	2	3	4	5	6	7
45	45	45	45	45	45	45
8	9	10	11	12	13	14
45	45	45	45	45	45	45
15	16	17	18	19	20	21
45	45	45	45	45	45	45
22	23	24	25	26	27	28
45	45	45	45	45	45	45
29	30					
45	45					

10月

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
		1	2	3	4	5
		休	休	休	休	休
6	7	8	9	10	11	12
休	休	45	45	45	45	45
13	14	15	16	17	18	19
45	45	45	45	45	45	45
20	21	22	23	24	25	26
45	45	45	45	45	45	45
27	28	29	30	31		
45	45	45	45	45		

11月

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
					1	2
					45	45
3	4	5	6	7	8	9
46	46	46	46	46	46	46
10	11	12	13	14	15	16
46	46	46	46	46	46	46
17	18	19	20	21	22	23
46	46	46	46	46	46	46
24	25	26	27	28	29	30
46	46	46	46	46	46	46

12月

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
1	2	3	4	5	6	7
46	46	46	46	46	46	46
8	9	10	11	12	13	14
46	46	46	46	46	46	46
15	16	17	18	19	20	21
46	46	46	46	46	46	46
22	23	24	25	26	27	28
46	46	46	46	46	46	休
29	30	31				
休	休	休				

班级介绍

室外(仙霞网球中心·天辰网球俱乐部·仁恒河边花园·徐汇苑·香格里拉·中央公寓·东亚九博健身俱乐部)

分类	班级名称	内容	时间	1期/8回	一周2次	1期/6回
青少年	K	从各种各样的运动中,掌握最基本的运动能力(4岁-8岁)	60分	1060元	1860元	930元
	J1	掌握最基础的网球动作,能够进行简单的对打	90分	1460元	2580元	1230元
	J2	在比赛形式的学习中掌握网球的各样打法,向更高的水平挑战				
	J3	从基础开始,练习各种活用的打法以及比赛的战术				
成人	A1	网球初学者.进行4-12个月的练习之后可以进行A2班学习	90分	1460元	2580元	1230元
	A2	以学习网球的底线技术为中心				
	A3	全面的学习网球的基本动作包括击球、截击、发球等				
	A4	扎实的网球的各样打法,提高综合水平,学习比赛战略				

室内(千禧海酒店·中山公园·中山西路·星河湾大酒店)

分类	班级名称	内容	时间	1期/8回	一周2次	1期/6回
成人	A1	网球初学者.进行4-12个月的练习之后可以进行A2班学习	90分	1620元	2868元	1350元
	A2	以学习网球的底线技术为中心				
	A3	全面的学习网球的基本动作包括击球、截击、发球等				
	A4	扎实的网球的各样打法,提高综合水平,学习比赛战略				