

第133期

10・11・12月期スクール生大募集!!

スクール日程：2025/9/29(月)～12/28(日) 冬期休館日：12/29(月)～2026/1/3(土) 入会受付開始日：9/15(月)～

# テニスには こんな効果があります!

年齢や体力に関わらず誰もが続けられる!

## ストレス発散!

ストレス発散には適度な運動が一番!  
楽しみながら自分に合ったプレイスタイルで  
無理なく運動ができます!

## 体力向上!

腕や足、全身の筋肉をバランスよく  
使うテニスは体力アップだけでなく  
足腰や心肺機能向上  
にもおすすめです!

## 脳の活性化!

ボールや相手の動きを追うなど、  
状況を把握して身体を動かす  
テニスは脳の老化を防ぐのに  
適していると言われています。

## はじめテニスQ&A

テニスクールやスポーツが初めてで不安な方も  
ご安心ください!まずはこちらをよくあるご質問をチェック!



テニスをやったことがないのですが大丈夫ですか?

A 当スクールはご入会される方の8割以上がテニス  
が初めての方です。丁寧に教えますので、安心  
してご入会ください。ご心配でしたら、まず体験  
レッスンをご受講してみてください。



体験レッスンの申込みはどうすればよいですか?

A お電話またはHPよりお申込みができます。開講して  
いるクラスで体験レッスンをご受講いただけます。



レッスンはどんな服装で行けばいいですか?

A 動きやすい服装でしたら何でもOKです。ラケット・  
シューズはレンタルもあるのでお持ちでない方も  
気軽に始められます!



1回のレッスンは何分ですか?  
週1回でも上手くなれますか?

A 1回のレッスンは一般クラスは80分、ジュニアクラス  
は55分です。コーチが一人一人しっかり見ていくので、  
焦らずじっくり上達を目指しましょう!



スポーツが苦手です。  
足も速くないのですが大丈夫ですか?

A 当スクールはまずテニスを楽しんでいただきた  
いと思っています。楽しみながら仲間とプレーしてい  
るうちに上手くなっていた!という声も多いんです。



昔テニスをやっていましたがかなりブランクが  
あります...身体がついていかちよと心配です。

A テニスは自分のペースに合わせてできるスポーツで  
すので、小さいお子さまからご年配の方まで楽しめます。  
無理せず楽しみながら身体を動かしていきましょう!

## 初心者大歓迎!! おためしレッスン

おためし料金  
**550円/50分**

クーポン  
ご持参で **無料**

対象レベル

●はじめて...テニス経験が無い方  
(ビギナー&ベジック対象)

要電話予約  
お気軽にご予約  
ください。

手ぶらでOK!  
ラケット・シューズ  
無料レンタル

| 日程      | 時間          | レベル  |
|---------|-------------|------|
| 9/15(月) | 19:00~19:50 | はじめて |
| 9/16(火) | 11:00~11:50 |      |
| 9/17(水) | 13:00~13:50 |      |
| 9/19(金) | 11:00~11:50 |      |
| 9/19(金) | 13:00~13:50 |      |
| 9/22(月) | 19:00~19:50 |      |
| 9/24(水) | 13:00~13:50 |      |
| 9/24(水) | 11:00~11:50 |      |
| 9/26(金) | 13:00~13:50 |      |

## ジュニアはじめてテニス 体験レッスン!

| 曜日  | 時間          | 年齢   |
|-----|-------------|------|
| 月曜日 | 16:00~16:55 | 5~7歳 |
|     | 17:00~17:55 | 7~9歳 |
| 火曜日 | 16:00~16:55 | 5~7歳 |
|     | 17:00~17:55 | 7~9歳 |
| 木曜日 | 16:00~16:55 | 5~7歳 |
|     | 17:00~17:55 | 7~9歳 |
| 金曜日 | 17:00~17:55 | 7~9歳 |
|     | 18:00~18:55 | 7~9歳 |
|     | 13:00~13:55 | 7~9歳 |
| 土曜日 | 14:00~14:55 | 5~7歳 |
|     | 7~9歳        |      |
|     | 5~7歳        |      |
|     | 7~9歳        |      |

みんな初めて  
だから安心!

手ぶらでOK!  
ラケット・シューズ  
無料レンタル  
要電話予約  
お気軽にご予約  
ください。

## 体験レッスン 好評受付中!

今ならクーポンで無料体験できます!  
お申込みはお電話にてお気軽にどうぞ!

ニッケテニスドーム  
名古屋校のHPは  
こちらから



名古屋校の日常!/  
facebookは  
こちら



おトクな情報も!  
Instagramは  
こちら



ニッケテニスドーム  
人気の秘密

快適空間  
冷暖房完備だから  
一年中快適!

日焼けの心配なし!  
インドアだから日焼けや  
天候の心配なし!

付帯施設も充実  
シャワールーム・リターン式  
コインロッカー完備

手ぶらでOK!  
ラケット・シューズは  
無料レンタル!

初心者大歓迎  
周りの人も初めてなので  
安心です。

アクセス抜群!  
無料大駐車場完備で  
とっても便利!

Nikke Tennis Dome ニッケテニスドーム 名古屋

TEL. 052-445-0010

〒490-1111 愛知県あま市基目寺権現4-2

営業時間 ●平日 AM9:00~ ●土・日 AM7:30~

時間内なら  
いつでも  
見学OK!  
お気軽にお越しください。

WEB振替  
WEBからレッスンの  
お休みや振替の  
ご予約ができます。  
詳しくはフロントまで。

お申込には次のものをご用意ください。

登録料  
1,100円

受講料  
2ヶ月分  
一般コース フルコース スチューデントコース  
ソフトテニスコース ジュニアコース  
受講料初月 半額

金融機関  
預金通帳

金融機関  
届け印

※3ヶ月目より口座振替になりますので、預金通帳とお届け印を必ずお持ちください。  
※原則として、お支払いいただいた登録料・受講料は返してきませんのでご了承ください。  
※当スクールは、3ヶ月単位(12週もしくは13週)のスクールです。お支払いは月払い制ですが、  
1ヶ月単位でのみの受講はできませんのでご注意ください。

## スタッフ募集中!

・テニス  
インストラクター  
・フロントスタッフ

詳細はお問い合わせください。



※この掲載面の表示価格は全て税込価格となります。