

10

# くにづかタック卓球教室

くにづかタック(アスタくにづか3番館地下)  
〒653-0042 兵庫県神戸市長田区二葉町5丁目1-1



## 初級者卓球教室 生徒募集中!

卓球は年齢に関係なく手軽に始められるスポーツです! 健康や体力作りにも最適です。  
初心者の方、未経験者の方も安心して受講いただけますので、お問い合わせ下さい。

未経験者  
初級者  
あつまれ~!

7月より月・火・水の10:00~12:00のレッスンがスタートいたします! 是非ご参加ください!

月

NEW

石野コーチ

| 月  | 日  | 時間          |
|----|----|-------------|
| 10 | 5  | 10:00~12:00 |
|    | 12 | お休みします      |
|    | 19 | 10:00~12:00 |
|    | 26 | 10:00~12:00 |

火

NEW

木村コーチ

| 月  | 日  | 時間          |
|----|----|-------------|
| 10 | 6  | 10:00~12:00 |
|    | 13 | 10:00~12:00 |
|    | 20 | 10:00~12:00 |
|    | 27 | 10:00~12:00 |

水

NEW

木村コーチ

| 月  | 日  | 時間          |
|----|----|-------------|
| 10 | 7  | 10:00~12:00 |
|    | 14 | 10:00~12:00 |
|    | 21 | 10:00~12:00 |
|    | 28 | 10:00~12:00 |

木

石野コーチ

| 月  | 日  | 時間          |
|----|----|-------------|
| 10 | 1  | 10:00~12:00 |
|    | 8  | 10:00~12:00 |
|    | 15 | 10:00~12:00 |
|    | 22 | 10:00~12:00 |
|    | 29 | 10:00~12:00 |

金

石野コーチ

| 月  | 日  | 時間          |
|----|----|-------------|
| 10 | 2  | 10:00~12:00 |
|    | 9  | 10:00~12:00 |
|    | 16 | 10:00~12:00 |
|    | 23 | 10:00~12:00 |
|    | 30 | 10:00~12:00 |

木村コーチ

祝日開催

| 月  | 日  | 時間          |
|----|----|-------------|
| 10 | 5  | 13:00~15:00 |
|    | 12 | 13:00~15:00 |
|    | 19 | 13:00~15:00 |
|    | 26 | 13:00~15:00 |

木村コーチ

ラージ

| 月  | 日  | 時間          |
|----|----|-------------|
| 10 | 6  | 13:00~15:00 |
|    | 13 | 13:00~15:00 |
|    | 20 | 13:00~15:00 |
|    | 27 | 13:00~15:00 |

中安コーチ

| 月  | 日  | 時間          |
|----|----|-------------|
| 10 | 7  | 12:30~14:30 |
|    | 14 | 12:30~14:30 |
|    | 21 | 12:30~14:30 |
|    | 28 | 12:30~14:30 |

西岡コーチ

| 月  | 日  | 時間          |
|----|----|-------------|
| 10 | 1  | 13:30~15:30 |
|    | 8  | 13:30~15:30 |
|    | 15 | 13:30~15:30 |
|    | 22 | お休みします      |
|    | 29 | 13:30~15:30 |

コーチングスタッフ

木村コーチ

石野コーチ

中安コーチ

講師: 中安直美  
戦型: ペン・表攻撃  
日本体育協会公認スポーツ指導員  
戦歴: H30年度全日本マスタース兵庫県代表

受講料: お一人様1回1,600円 \*お支払いは当日。  
・月極も受け付けております(最優先)  
・参加人数が2名以下の場合は受講時間は1時間 となります。  
・運動のできる服装・シューズ・ラケットをご持参ください。\*貸し出し有  
・祝日はお休みとします。  
・都合により講師を変更する場合があります。  
・レッスン中、練習中の事故などにつきましては一切責任を負えませんのでご了承ください。  
・キャンセル料: 当日100%、前日50%、前々日20%がかかります。

西岡コーチ  
受講料: お一人様1回1,900円  
\*料金が他とは異なります。

冷暖房完備!  
夏は快適に!

生徒募集中

## 小中学生卓球教室

未経験者大歓迎!

曜日に関係なく毎日参加可能な定額制コースがスタート!

月~金(祝日休み)17:00~19:00 1回1,560円(税込)

月~金(祝日休み)19:30~21:30 1回1,560円(税込)

定額制(1ヶ月) 10,000円(税込)

\*小中高生アスリートコースもございます!!

詳しくは別紙のチラシをご覧ください。

くにづかタック アクセス

■お車で越しの方

・駐車場: アスタくにづか3番館3~5F

最初の30分無料、以降10分毎50円。24時間最大料金800円\*500円券あり。

■電車で越しの方

・神戸市営地下鉄海岸線「駒ヶ林」駅(直結) 徒歩2分 ・山陽本線・JR「新長田」駅 徒歩8分

■バスで越しの方

・二葉町(神戸市交通局)徒歩2分、駒ヶ林町東(神戸市交通局)徒歩3分

・大橋5丁目(神戸市交通局)徒歩4分

お申し込み・お問い合わせ

くにづかタック 毎月20日10時より受付開始いたします!

TEL: 078-742-8383 FAX: 078-742-8384

営業時間: 10時~21時(日・祝19時まで) 受付時間10時~18時

レッスン・練習中の事故等につきましては、一切その責任は負えませんのでご了承ください。

## 卓球台レンタル

手ぶらで卓球!

ラケット・ボールレンタル無料!

卓球台12台冷暖房完備

1時間・1台900円 (1台に4名まで)

ご予約は、ネット予約、お電話、店頭で!

右のQRコードからネット予約が可能です(24H)

TEL: 078-742-8383 (受付は18時まで)

翌月分は前月20日10時より受付を開始いたします。

営業時間

●年中無休(年末年始を除く)

●10:00~21:00(日・祝日は19:00まで。受付は18時まで)

予約について

●どなた様もご利用いただけます。

●卓球台の予約は、ネット予約、お電話、店頭にてご予約下さい。

●ご予約は00分より毎時1時間単位でお願いします。当日ご来店の際

空きがある場合は、延長及びご希望のお時間よりご利用いただけます。

●台の指定はご希望に添えない場合がございます。

●受付時間: ネット予約24時間受付(当日はお電話のみ)

お電話・店頭 10:00~18:00(留守番電話での受付は不可)

貸出

●ラケット: 1台につき利用者分無料。

\*破損については状況により弁済金を頂く場合があります。

●ボール: 1台につき1個無料 ●ボール補給網: 無料

●トレカゴ・防球ネット: 無料 ●シューズの貸し出しは行っておりません。



# 中～上級者向け卓球教室&練習会

ツツ高の技術を学びたい方！ ツツ高の打ち方を学びたい方！お任せ！  
シェーク・ベ

## まゆみコーチフリー教室

教室はこちら→



卓球教室のWEB予約ができます！

右のQRコードからご予約できます(前日まで)。

\*毎月20日10時より受付開始します。

| 月  | 日  | 曜日 | 時間          | 定員 |
|----|----|----|-------------|----|
| 10 | 5  | 月  | 11:00～13:00 | 6名 |
|    | 19 | 月  | 11:00～13:00 | 6名 |
|    | 26 | 月  | 11:00～13:00 | 6名 |

講師:山田 真友美

戦型:ペン質貫攻守型

経歴:王子クラブ→四天王寺高校→近畿大学  
→ミキハウス→健勝苑→プロ転向。

戦歴:フランスジュニアオープン女子ダブルス  
優勝、シングルス2位。オーストラリアジュニア  
オープンシングルス2位。世界ジュニア選手権  
出場。インターハイ団体3位。高校選抜団体  
優勝。全日本学生団体優勝。全日本選手権  
女子ダブルス3位。国体大阪代表4回。

\*10/12は個人レッスンを募集しています。

受講料:お一人様1回 2,400円 \*お支払いは当日。  
参加人数が2名以下の場合は受講時間は1時間となります。  
(祝日はお休み) \*月極も受付しております。

9/19  
現在

## まゆみコーチ・個人レッスン

個人はこちら→



個人レッスンのWEB予約ができます！

右のQRコードからご予約できます(前日まで)。

\*毎月20日10時より受付開始します。

| 月  | 日  | 曜日 | 時間          |
|----|----|----|-------------|
| 10 | 3  | 土  | 11:00～12:00 |
|    | 3  | 土  | 12:00～13:00 |
|    | 3  | 土  | 14:00～15:00 |
|    | 3  | 土  | 15:00～16:00 |
|    | 5  | 月  | 14:00～15:00 |
|    | 5  | 月  | 15:00～16:00 |
|    | 7  | 水  | 11:00～12:00 |
|    | 7  | 水  | 12:00～13:00 |
|    | 7  | 水  | 14:00～15:00 |
|    | 7  | 水  | 15:00～16:00 |
|    | 10 | 土  | 11:00～12:00 |
|    | 10 | 土  | 12:00～13:00 |
|    | 10 | 土  | 14:00～15:00 |
|    | 10 | 土  | 15:00～16:00 |

|    |    |    |             |
|----|----|----|-------------|
| 10 | 12 | 祝月 | 11:00～12:00 |
|    | 12 | 祝月 | 12:00～13:00 |
|    | 12 | 祝月 | 14:00～15:00 |
|    | 12 | 祝月 | 15:00～16:00 |
|    | 19 | 月  | 14:00～15:00 |
|    | 19 | 月  | 15:00～16:00 |
|    | 21 | 水  | 11:00～12:00 |
|    | 21 | 水  | 12:00～13:00 |
|    | 21 | 水  | 14:00～15:00 |
|    | 21 | 水  | 15:00～16:00 |
|    | 24 | 土  | 11:00～12:00 |
|    | 24 | 土  | 12:00～13:00 |
|    | 24 | 土  | 14:00～15:00 |
|    | 24 | 土  | 15:00～16:00 |
|    | 26 | 月  | 14:00～15:00 |
|    | 26 | 月  | 15:00～16:00 |

受講料:1時間 5,100円(卓球場代含む)

- ・複数名でのお申し込みも可能です。
- ・予約済の時間はキャンセル待ちの受付を行っています。
- ・月極も受付しております。

\*キャンセル料が当日100%、  
前日50%前々日20%がかかります。

\*グレー枠はキャンセル待ちの受付となります。

特別講習会

## 試合で勝ちたい中高生限定練習会！

テーマ:目標に合わせた技術と戦術を習得！

日時:令和8年10月24日(土) 14:00～17:00

定員:中高生12名

\*参加人数が3名以下の場合は受講時間は2時間となります。

受講料:2000円(税込)

申込先:くにづかタック店頭又はお電話でお申し込みください。

TEL:078-742-8383

担当:植村(TTくにづかジュニアスクール責任者兼アスリートコーチ)

戦歴 東京選手権3位、後藤杯7位、近畿選手権3位・ベスト8、全国中学校大会  
ベスト32、全農杯全日本選手権3年連続ベスト32、全日本選手権ジュニア  
及びカデット出場など

指導歴 HNT選考会2年連続出場。

全てのレッスン・練習中の事故等につきましては、一切その責任は  
負えませんのでご了承ください。

お申し込み・お問い合わせ

毎月20日10時より受付開始いたします！

TEL:078-742-8383 受付時間10時～18時

## 植村めぐみフリー教室

| 月  | 日  | 曜日 | 時間          | 定員  |
|----|----|----|-------------|-----|
| 10 | 5  | 月  | 10:00～12:00 | 10名 |
|    | 12 | 月  | お休みです       | 10名 |
|    | 19 | 月  | 10:00～12:00 | 10名 |
|    | 26 | 月  | 10:00～12:00 | 10名 |

| 月  | 日  | 曜日 | 時間          | 定員 |
|----|----|----|-------------|----|
| 10 | 6  | 火  | 10:00～12:00 | 6名 |
|    | 13 | 火  | 10:00～12:00 | 6名 |
|    | 20 | 火  | 10:00～12:00 | 6名 |
|    | 27 | 火  | 10:00～12:00 | 6名 |

受講料:お一人様1回1,900円

\*お支払いは当日。

参加人数が2名以下の場合は受講  
時間は1時間となります。

お申し込みは078-742-8383

まで。(祝日はお休み)

\*月極も受付しております。

・キャンセル料当日100%前日

50%前々日20%

受講料:お一人様1回 2,400円

\*お支払いは当日。

参加人数が2名以下の場合は受講  
時間は1時間となります。

お申し込みは078-742-8383

まで。(祝日はお休み)

\*月極も受付しております。

\*グレー枠はキャン

セル待ちの受付と

なります。



## 植村めぐみコーチ・個人レッスン！

| 毎週月曜日       | 毎週金曜日       |
|-------------|-------------|
| 12:30～13:30 | 12:30～13:30 |
| 13:30～14:30 | 13:30～14:30 |
| 14:30～15:30 | 14:30～15:30 |

| 毎週火曜日       | 毎週土曜日       |
|-------------|-------------|
| 12:30～13:30 | 15:30～16:30 |
| 13:30～14:30 | 17:00～18:00 |
| 15:00～16:00 | 18:00～19:00 |
| 16:00～17:00 |             |

講師:植村 恵

戦型:シェーク攻撃型

戦歴:中国地方高校選手権

団体優勝、シングルス3位。

関西学生選手権ダブルス3位。

全国レディースダブルス優勝。

全国オール年代別2年連続優勝。

全国クラブ選手権2部2位。

受講料:1時間 5,100円

(卓球場代含む)

・複数名でのお申し込みも可能です。

・予約済の時間はキャンセル待ちの  
受付を行っています。

・月極も受付しております。

\*グレー枠はキャンセル待ちの受付と

なります。

・キャンセル料当日100%前日

50%前々日20%

## ラージボール練習会(ししの会)

毎週水・金曜日(社会人対象)

担当:高橋

参加者同士でワイワイ楽しんでいただけるラージボール練習会です。ラージボールにご興味のある方は是非ご参加ください！ワンポイントアドバイス有。ウェア着用の上、シューズをご持参ください。

| 月  | 日  | 曜 | 時間          | 月  | 日  | 曜 | 時間          |
|----|----|---|-------------|----|----|---|-------------|
| 10 | 7  | 水 | 10:00～12:00 | 10 | 2  | 金 | 13:00～15:00 |
|    | 14 | 水 | 10:00～12:00 |    | 9  | 金 | お休みします      |
|    | 21 | 水 | お休みします      |    | 16 | 金 | 13:00～15:00 |
|    | 28 | 水 | 10:00～12:00 |    | 23 | 金 | 13:00～15:00 |
|    |    |   |             |    | 30 | 金 | お休みします      |

参加費:お一人様 660円

\*申込不要。直接お越しください。

\*祝祭日はお休みします。

\*垂水TTスタジオでも毎週木曜日10:00～12:00に行っています。

その他のラージボール練習会、試合、講習会などの情報は別紙の  
ラージボール(ししの会)情報をご覧ください。

## 中山フリー教室

水曜教室(中級者～社会人対象)

| 月  | 日  | 曜日 | 時間          | 定員 |
|----|----|----|-------------|----|
| 10 | 7  | 水  | 10:00～12:00 | 6名 |
|    | 14 | 水  | 10:00～12:00 | 6名 |
|    | 21 | 水  | 10:00～12:00 | 6名 |
|    | 28 | 水  | お休みします      | 6名 |

受講料:お一人様1回 2,400円

\*お支払いは当日。

参加人数が2名以下の場合は受講  
時間は1時間となります。

(祝日はお休み)

\*月極も受付しております。