



個サル おすすめレベル



高



低

【個サル(しっかり)】

対象：18歳以上
しっかりと運動量を確保したい方・経験者

木曜・夜
20:10-21:40

NEW

【個サル(エンジョイ)】

対象：18歳以上
楽しみながらプレーしたい方・チャレンジ初級者

土曜・夜
20:10-21:40

【個サル(OVER30&レディース)】

30歳以上の男性、16歳以上の女性
対象：若い人とプレーするのは不安な方
楽しみながらプレーしたい方

日曜・朝
10:20-11:50

【個サル(ウェルカム)】

18歳以上
対象：初心者・初級者・女性の方大歓迎！！
※初心者と楽しめる経験者の方も参加できます。

火曜・夜
20:10-21:40

【ゆるサル】

18歳以上の方
対象：ゆる〜く楽しくプレーしたい方

火曜・朝
10:30-12:00

【ゆるサル^{プラス}】

18歳以上の方
対象：ゆる〜く楽しく練習もしたい方

日曜・夕
16:15-17:45

※こちらのイベントは全てエンジョイ志向の方のみご参加いただけます。競技志向の方はご遠慮ください。
※夜開催の個サルはチームでのご参加も可能です。