

ノヴァオートテニスの 使い方ガイド



ノヴァオートテニス

【持ちもの】

必ず必要

運動靴（靴底が汚れたり、傷んでいないもの）※レンタルはございません。

※テニスシューズにこだわってはいませんが、スパイクありなどコートを痛めるようなものは使用できません。

※使用前に確認させていただく場合があります。

古いものでグリップがボロボロのラケットや底が破損しそうなシューズはスタッフの判断でご利用を控えていただく。コートが激しく痛む要因となるためご理解願います。



原則必要

硬式用テニスラケット（5cm未満の振動止めは使用不可）※レンタルラケットございます。

必要に応じて

着替え（更衣室あります）

タオル

虫よけ・虫刺され（夏場は特に）

飲料（自動販売機あります）



【レンタルラケット】

1本 300円(税込み)

原則お持ちいただいています。ラケットを持ってない方や事情で持ってこれない方へのサービスです。
2020年1月についに復活しました。

オートテニス メダル1枚で1ゲーム 4秒おきのボールが止まらずに出てきます

■スタンダードコース（メダル投入型） 3~4面のコートで展開 常時営業してます

1ゲーム（メダル1枚） 470円（税込み）ポイントあり（付与・利用ともに）

コート利用時間 8分間 うちマシン稼働時間5分（約75球）

マシン利用時間以外（オリジナルタイム）3分（休憩・サーブ練習・練習機材利用・動画チェックなど・指導OK）

おすすめ！

回数券（10ゲーム分）4,200円
有効期限なし 受付でメダルと交換いただけます。

**メダル1枚換算
420円とお得！**

購入したメダル分連続利用可。マシンが停止している時間もサーブしたり（オリジナルタイム）に思い思いの時間を過ごせます。
スタッフが時間をご案内し、他の方を気にせずご利用いただけます。

■シンプルコース（メダル投入型） **1面のコートのみ 日時・時間限定で実施中**

1ゲーム 300円（税込み）ポイントなし（付与・利用ともに）

コート利用時間 4分間 マシン稼働時間4分（約60球）

コート後ろの通路で並び**1ゲームずつで交代。入場から10秒以内にスタートし、ゲーム終了後10秒以内に退場。**

スタッフによる誘導などなし。お客様みなさまでゆずり合って声を掛け合いながらご利用いただけます。

【禁止】マシン停止時間の利用（素振り・ストレッチ・サーブ練習・付き添い者やセルフの球出し練習など）、メダル持ち帰り、動画撮影

その他のサービス

■サーブ練習 平日限定

10分単位の時間制。球拾いなし。球数無制限。【注意】オートテニスと同時受付不可

1人練習 税込み470円（またはポイント10P）

2人同時練習 税込み700円（またはポイント15P）

※回数券はご利用いただけません。

※混雑時など休止する場合がございます。（オートテニス優先のため）

■ガット張替え（GOSEN「張人」が張り上げます）

基本翌日以降お渡し 当日は要相談ください。

持ち込みガットは最低2本分ご持参いただいています。

張替え代税込み**1,800円**＋ガット料金

■三脚レンタル

・ 1ヶ月使い放題 税込み500円









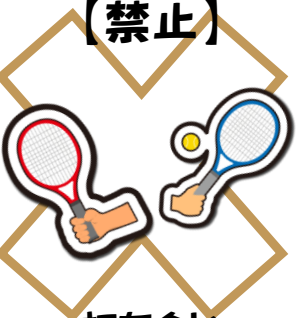
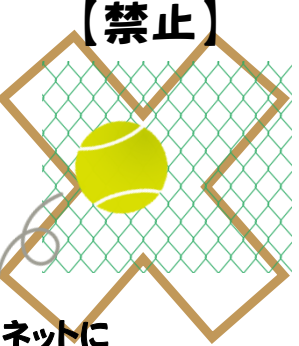
■中古ラケットの試打

・ 1人1回 税込み**500円**（5本まで）

【オートテニスプラスαの楽しみ方】(スタンダードコース)

オリジナルタイム**3**分の間にはできる**8**つのこと

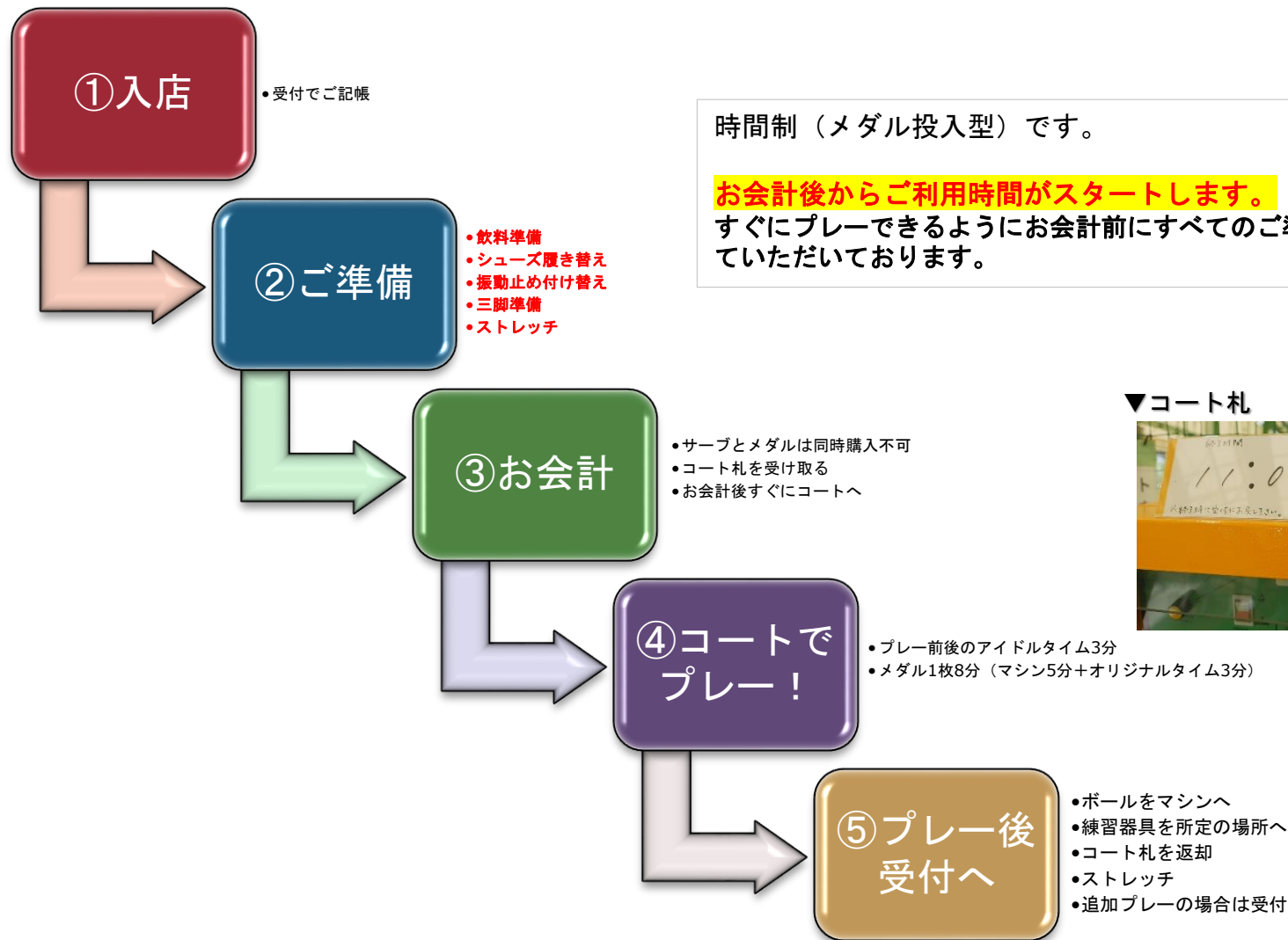


<p>①素振り</p>  <p>【貸出練習器具】 エーストレーナー パワーストローク パワースイング</p>	<p>②テニスガイド</p>  <p>【貸出練習器具】 テニスガイド</p>	<p>③サーブ</p>  <p>【貸出練習器具】 サーブガイド エーストレーナー</p>	<p>④球出し</p> 	<p>⑤アドバイス タイム</p>  <p>親→子 先輩→後輩 経験者→初心者 店員よしのりーお客様 (有料) などなど</p>
<p>⑥動画チェック</p>  <p>【貸出練習器具】 三脚 スマホホルダー</p>	<p>⑦フットワーク トレーニング</p>  <p>【貸出練習器具】 ラダー コーン</p>	<p>⑧バランスボール</p>  <p>【貸出練習器具】 バランスボール</p>	<p>【禁止】</p>  <p>打ち合い</p>	<p>【禁止】</p>  <p>ネットに ボールを打つ</p>



【ご利用の流れ（スタンダードコース）】

少人数のスタッフで運営しております。お客様がルールを守っていただくことで円滑な運営を可能にしております。以下を必ず守ってご利用願います。



【オートテニスの利用方法①】（スタンダードコース）

当店は少人数のスタッフで運営しております。ルールを守っていただくことで円滑な運営を可能にしております。以下を必ず守ってご利用願います。

受付でご記入いただきます。

混雑時はおよその待ち時間をご案内してます。

外出される場合、お戻りの場合に優先的にご案内するようにしてます。

安全上コート内への入場は**2人まで**。ケガに十分気を付けてください。2人以上の方でもゲームの途中交代は可能です。

※とくに小さなお子様2人でのご利用は危ないのでオススメしてません。親御さんの判断で進めてください。

ご購入された**メダルは無くなるまで続けて同じコートをご利用いただけます。**続けてできるメダルの上限は原則ございません。（できるだけ今回利用する分のメダルをお買い求めください。）

メダルを使い切り、**追加したい場合、お待ちのお客様がいらっしゃるときは並び直し**となります。ハウスへ戻り、受付で再度お名前をご記入いただきます。**待ち時間が発生する可能性があります。**

メダルはお持ち帰りいただけます。

どうしてもすべて使えない場合はプレーを切り上げて終了時にメダルを残す旨をお伝えください。**体調優先でご利用いただけます。**

以前に購入されたメダルを利用されるときは受付で利用するメダル枚数をご申告します。

ご申告なくご利用の場合は途中でご利用を中断いただくことがあります。（コートの時間管理のためです。）

【オートテニスの利用方法②】 (スタンダードコース)

当店では**待ち時間の把握**のため、お客様のお持ちのメダル枚数をもとに**コート**の**時間管理**をしております。

【ハウスで行うこと】

ストレッチ・シューズの履き替え・着替え・ラケットの準備・水分の確保など**コート外**でできることは**ハウス**などで行ってください。

ハウスでの準備ができたならスタッフに**コートに入れる旨**をお申し出ください。お会計後コート札をお渡しし、ご利用いただくコートをご案内します。

コートへのご案内は受付した順番ではなくプレーできる準備ができたお申し出があり、かつお会計が終わった順となります。

【コート側（コート側通路を含む）に滞在できる時間は以下の通りです】

- ①準備時間（コートへの入出と退出時間）は3分
- ②メダル1枚あたりの利用時間が8分間（マシン時間+オリジナルタイム）。メダル枚の数分ご利用できます。

例.メダル4枚のご利用の場合

- ①コートへの入出と退出時間計3分
 - ②プレー時間32分（メダル1枚8分が4セット）
- 合計35分間となります。
休憩時間もこの時間に含まれます。

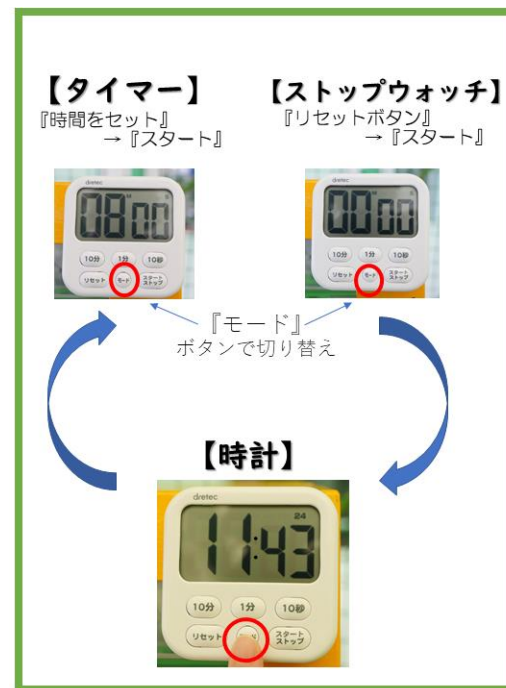
【オートテニスの利用方法③】 (スタンダードコース)

時間の管理はお客様で行っていただきます。

【時計・タイマー・ストップウォッチの使い方】▶

このようなときにご自身に合わせて活用をおすすめします。

- オートテニス5分のメニューを細分化したいとき
- オリジナルタイム3分を管理したいとき
- 終了時刻を確認したいとき



【その他】

コートを離れる際には、ボールをマシン側に戻してください。

途中で休憩のため中断を希望される場合はハウスにお戻りください。

お名前など受付でご記入後に休憩ください。休憩が終了しましたらプレーするメダル数をスタッフにお申し出ください。

<お二人以上でご来店のお客様の場合>

2つ以上のコートの利用を希望される場合は、受付で**希望のコート数をご申告**ください。

途中で**コートを増やしたり、減らしたい場合は**お手数ですが、都度**受付にお知らせ**ください。

コートごとに使用するメダルの枚数もあわせて教えてください。

待ち時間を管理する上で必要なためお願いいたします。

その他、施設内に掲示されている注意事項などもお読みください。

【オートテニスの利用方法】 (シンプルコース)

シンプルコースはお客様皆様がルールを守り、**声を掛け合って譲り合い**でご利用いただくものです。スタッフの誘導は時間管理はございません。



安全上コート内への入場は**2人まで**。ケガに十分気を付けてください。
※とくに小さなお子様2人でのご利用は危ないのでオススメしてません。親御さんの判断で進めてください。

- **お待ちの方は通路で並び1ゲームずつで交代。**
 - お待ちの方がいない場合のみ連続利用可。
 - お客様みなさまで声を掛け合ってゆずりあってご利用。
 - **入場から10秒以内にスタートし、ゲーム終了後10秒以内に退場。**
- 1コートのみの実施。時間や日時限定でスタートします。

【禁止事項】

- **素振り・サーブ練習**
- **メダル持ち帰り**
- **動画など撮影**
- **シンプルコース以外のコートに入ること**
- **通路の方との途中交代は禁止**

マシンの設定の極意

コートが半分しかありませんので、近い距離からボールが飛んできます。
打つまでの時間が少ないため思ったよりも、**すぐにボールが来てしまいます。**

無理やり慌てて打つフォームになりやすいことを先にご理解ください。
足が動かさず、手打ちになりかねません。

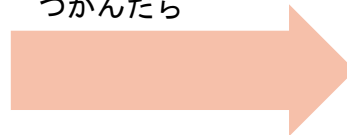
イメージを**ラリーでなくコーチの球出し練習**にしてください。
ゆっくりボールに設定し、
足を動かして自分のスイングの力で打っていく練習が得意な施設です。

4秒おきの球出しリズムをつかむことを意識し、徐々にスピードを上げてラリーのイメージに切り替えていくとオートテニスを使い倒せます。

【イメージ】

ゆっくりなボールを
出してもらう
コーチの手出し練習

球出しリズムを
つかんだら



徐々に設定変更
ボールスピードUP

人と打ち合う
ラリー練習

マシンの設定

設定はプレー中に
変更できます。

スピン
フラットからお試しを

球出し機の**上下**ボタン
上まで上げるとボレー練習で
きます。

メダルは
1枚だけ
入れます。
※2枚以上入れる
と飲み込まれます。

コインを規定枚数投入しますとランプが点灯し、5秒後に
スタートします。

- ◎ランプ点灯後はコインを入れないで下さい。
- ◎マシンが作動しない時や、操作がわからない場合は
係員までお知らせ下さい。

IF THE MACHIN DOES NOT WORK OR
YOU HAVE ANY QUESTION, PLEASE
CONTACT A CLERK IN CHARGE.

スピード
2~3が標準的

球出し機の**左右**ボタン
ONで首ふり、OFFで固定され
ます。

スピード
2~3が標準的

まずはゆっくりな設定に
スピード「2~3前後」、スピン「フラット」、左右「OFF」

2013/08/

2016年4月より、従来より更に上に向けられる
ようになりました(^o^)/

初期設定は「やや上向き」です。
スピード2~3にあった山なりボールが出
せる角度になっております。

上下します。

ゆるいボールのときはかなり「上」に。
はやいボールは下に設定してください。

かなり上まであげると
ハイボレー・スマッシュ
の練習も可能です。

※キレイに左右1球ずつにならない場合があります。

「ON」で左右に動きます。

扇風機の首ふりと似ています。

固定したいタイミングで「OFF」を押すと固定されます。
ひたすらバックにクロスに出したり！

「OFF」にしておけば、初期設定は「センター」にでできます。
ご自身が立ち位置を工夫すれば、フットワークを使ってフォアもバックも練習できます。

注意事項

- 当店は原則お客様が思いやりの心で譲り合いながら皆様が気持ちよくご利用いただくことを柱としております。
- マシンに入っているボールは30球前後です。コート上に多く出してしまうとマシンからボールがでなくなる場合があります。15球以上コート上にボールがないようにするのが目安です。
- ボールを踏むとケガの恐れがあり危険です。足元を中心に前に転がしてマシンにお戻してください。
- 2人コートに入った場合、他の方にケガをさせないように十分注意ください。（特にお子様）
- オートテニスをする際は練習機材を所定の位置に戻してから行います。機材にぶつかったり足が引っかかると危険です。危ないと判断された場合は、機材をコート外通路に出してください。
- テニスを1年以上ぶりにプレーする際は、たくさんプレーせずに無理のないボリュームでご利用ください。プレー後に痛みが生じる場合もありますので。
- プレー前プレー後のストレッチなどケアをしましょう。（長くテニスを楽しむコツです！）
- 水分補給や休憩をとり熱中症など体調管理を最優先してください。
- イメージどおりプレーできなくても、よかったところを1つでも見つけるなど落ち込まないように。
- お客様の物品の盗難、紛失、ケガは保障できません。
- 安全を第一に心がけておりますが、万一不測の事態が生じた場合、応急処置以外は、一切責任を負いかねますのでご了承ください。
- プレーが終了したら、ボールをマシンへ返し、器具を所定の場所にお戻してください。

お客様各位

【ルール追加】 振動止めについて

打球時の不快な音・振動を軽減する目的でラケットに装着するいわゆる「振動止め」について
当店では小さなサイズの振動止めがマシンに入りボールが出なくなり、分解修理となるケースが
多くございます。

スイング時にボールが振動止めに当たりマシンまで飛んでいくことで故障します。
混雑時には待ち時間が長くなり他のお客様にご迷惑をおかけすることがありますので
ご不便をおかけして申し訳ありませんが以下のようなルールとさせていただきます。

<内容>

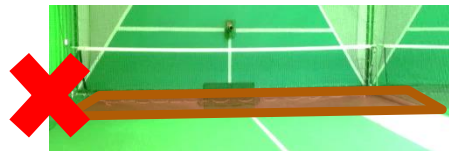
長さが5センチ未満の振動止めは**使用禁止**

取り外していただき、当店でご用意した**振動止めを**
無料でレンタルさせていただきます。

開始時期：2018年4月29日（日）より



禁止事項



- 最新の「ノヴァオートテニスの使い方ガイド」を読まずにご利用されること。
- **コート前方の傾斜部分に入ること。(滑りやすく危険です)**
- 5cm未満の振動止めを使うこと。マシンに入ると故障します。(受付で長い振動止めを無料レンタルしております。)振動止めがなくなった際は必ず受付にご申告ください。
- 申告なしに使用するコートを変更したり、コート数を増減されること。(受付でお申し出ください。)
- 申告なしにお持ち込みされたメダルを使用すること。(受付時に申告ください。)
- 天井・左右・後ろのネットに寄り掛かったり、ボールやラケットなどものを当てること。
- ラリー(人とボールをやり取りすること)。
- 決められた時間以上コート側にとどまること。
- 動画静止画撮影時、他の方が映り込むこと。または映り込んでいると気になるアングルでカメラを設置すること。
- 練習器具を所定の位置に戻さずオートテニスをプレイしたり、退出すること。(ケガ防止と円滑な運営のため)
- 自前の練習器具などラケット以外を許可なく使うこと。(マシン故障など施設への影響を判断するため)
- 劣化したグリップやバンパーグロメットのラケット、靴底がはがれそうなシューズを使用すること。(コートが汚れてしまうため)
- 他の方を見続けたり、大きな声や音・強い光・匂いなど他のお客様が集中できなくなること。
- その他、周りのお客様にご迷惑になる行為がないようにご利用ください。
- 他の方のプレーしているコートの通路にとどまること(見られたくない気持ちに配慮いただいています。)
- 飲酒・喫煙。またはアルコールを摂取した状態でのご来店。
- 運動靴以外の履物でコートに入ること。
- マシンのスピードを5以上にしたまま立ち去ること。(安全上スピードを2にさせていただくと嬉しいです。)
- 施設を汚したり、壊した場合にそのままにして帰ること。(スタッフに申告ください)
- 更衣室を長く占有すること。(最長7分ほど)
- プレー終了後、ハウスのイスがに座れないほど混雑しているときに長く居座ること。(待っている方を優先いただいております。)
- オムニコートの砂やクレートコートの砂や泥を施設内に入れること。
- テニス以外の目的でコートを利用すること。
- プレーヤーが嫌がるようなマシン設定を故意に調整すること。(ケガにつながりかねず、またテニスが楽しめません。)
- 施設の備品などを壊したり、持ち帰ること。
- スタッフの確認なしに動物を施設内にお持ち込むこと。(スタッフに許可を得てください。)
- その他、他のお客様に迷惑となることや設備・スタッフ・運営に支障がでること。

上記に該当する場合、スタッフの判断で退場いただくことがあります。損害賠償を請求する可能性もあります。他のお客様の安全や快適なテニス環境を守るためです。ご理解のほどよろしくお願いいたします。

【ボールについて】 あらかじめご承知おきください

当店で使用しているボールは、やむなく**耐久性重視のノンプレッシャーボール**
「**スリクソンLP**」を使っております。

球離れが速く、よく弾む、**硬くて重い打球感**と言われます。

通常使われるボールよりも、**体への負担が大きい**ため、初めてご来店のお客様は特に、**フルスイングせずに硬さを確かめるように50%くらいのスイングからはじめてみてください。**

念のためプレー終了後は**手首・肘・肩を中心にマッサージなどアフターケア**してください。



【サーブ打ちっ放しの利用方法】

サーブ練習用のコートは5面のオートテニス場の1か所を使用します。

オートテニス優先としてるため、オートテニスが混雑しているときまたはスタッフの判断により、サーブ練習は休止する場合がございます。

1回の受付でご購入いただけるのは、原則1回分となります。

2回以上サーブをご希望の方は、1回目のサーブ練習終了後に再度受付をお願いします。

【変更】 **オートテニスと同時に受付ができません。**

混雑時はサーブ後のオートテニス、またはオートテニス後のサーブの間で待ち時間をいただく場合がございます。

ご理解・ご協力のほどよろしくお願いたします。

【ご来店前に「混雑状況速報」ぜひ活用ください】

当店ホームページの「混雑状況速報」

NOVA AUTO TENNIS ノヴァオートテニス

混雑状況速報 イベント情報 初めての方へ サービス概要 店舗情報 アク

▼10月2日 水曜日 5面あるコートの混雑状況です
営業時間10:00-22:00

11:10 待ち時間なし 3コート空いております。

10:22 待ち時間おおよそ15分 3組様お待ちいただいております。

「待ち時間」と「お待ちになっているお客様組数」が随時表示されます。
遠方からご来店される方はとくに、**出発前に確認**いただくと大きな混雑を避けられる可能性があります。

その日のおおよその混雑状況を把握いただけるとと思います。

当店は混雑の波が大きく、状況が突然大きく変わります。混雑傾向の把握とご理解いただけると幸いです。予めご了承下さい。

【更新履歴】

- 201910 リニューアルにより全面変更。料金・ご利用時間・使い方など。
- 202012 シンプルコースを追加。付随した内容を追加・修正。レンタルラケットがスタート。

最後までお読みいただき
ありがとうございます。

オートテニスで
上達・リフレッシュ・健康を！
楽しみましょう(^o^)