



## HIPHOP (New Jack Swing) 初・中級



EXILEのダンススタイルのベースの一つになっている New Jack Swing。ステップ系、グルーブ系等色々なスタイルの要素がふんだんに詰まっています。スキルアップを目指す人や、魅せる踊りをめざしていきたい人に最適です!

📅 14:05~15:05 講師:YOSHIKO

NEW

6/7  
START!

## みんなで楽しくテーマパークダンス



このクラスは、ジュニア~大人の方まで幅広い層の方々に受講頂けるクラスです。平日にレッスンに来られない方も、テーマパークダンスは初めてで不安...という方も、スキルupしたい方も大丈夫です。丁寧に進めていきます。

📅 15:10~16:10 講師:mika

6/7  
START!



## DIVAダンス

ピョンセ、プリトニー、レディーガガetc...の曲に合わせて、時にはヒールでSexyに!時にはスニーカーでFunkyに!時にはMusic Videoのようにペアダンスで! ALL LEVEL、初心者歓迎です!

📅 19:35~20:50 講師:MIYUKI

6/17  
START!

## 6月1日(水)より全クラスのレッスンを再開いたします

参加される会員様は、下記の項目についてご協力をお願いいたします。

1. 受付にて検温の実施(37.5度以上の方は受講不可)。
2. 入室の際には、必ず手、指のアルコール消毒。
3. 講師は全員マスクを着用。皆さまもなるべくマスク着用をお願いいたします。
4. 更衣室のクラスター化を避ける為、着替えを済ませた状態でお越しください。更衣室はレッスン後の着替えのみとさせていただきます。
5. レッスン開始の5分前以内を目安にお越しください。
6. 保護者の皆様のレッスンのご見学は禁止とさせていただきます。

INFO

## 6月から変更となるクラス(時間、クラス名、講師)

- 水 大人のHIPHOP 20:55~22:10 講師: DAISAKU
- 金 ジャズ入門 13:00~14:00 講師: Chiaki
- 金 ジャズヒップホップ入門 14:00~15:00 講師: Chiaki
- 土 JAZZ HIPHOP 20:15~21:15 講師: KANA
- 日 はじめてのHIPHOP 13:00~14:00 講師: MINAMI
- 日 バレエ基礎&体幹トレーニング 16:15~17:30 講師: みなみ
- 日 振付&Performanceクラス 17:35~18:50 講師: Noppi

INFO

## Schedule

| Time  | Mon  | Tue  | Wed  | Thu  | Fri   | Sat   | Sun   |
|-------|--|--|--|--|---|---|---|
| 9:00  |  |  |  |  |   |   |   |
| 10:00 |  | 10:00 - 11:30<br>大人のジャズ<br>平井麻吏江                   | 10:30 - 11:45<br>みんなで踊ろうジャズダンス!<br>mika          | 10:00 - 11:15<br>大人からのバレエ<br>優子            | 10:30 - 11:30<br>ヨガティス<br>Santina             | 9:30 - 10:30<br>ピギナースバレエ<br>みどり                     | 10:00 - 10:45<br>親子リトルHIPHOP<br>244                           |
| 11:00 | 11:00 - 12:00<br>ボディメイクストレッチ<br>&エクササイズ<br>えりか | 11:45 - 12:45<br>はじめてのバレエ<br>優子                    | 11:45 - 12:45<br>ボディメイク・バレエ<br>宮村さき ※子連れOK       | 11:20 - 11:50<br>ポアント(トウシューズ)クラス<br>優子     | 11:35 - 12:50<br>ヒールクラス<br>Cana               | 10:30 - 11:00<br>ポアントクラス<br>みどり                     | 10:50 - 11:50<br>キッズHIPHOP初級<br>244                           |
| 12:00 | 12:05 - 13:05<br>ジャズエクササイズ<br>えりか              | 12:45 - 13:45<br>パーレスク入門<br>Noppi                  | 12:45 - 13:45<br>パーレスク入門<br>Noppi                | 11:50 - 13:05<br>はじめてのベリーダンス<br>バーラン       |   | 12:00 - 13:00<br>産後ママのためのベリーダンス<br>バーラン             | 11:50 - 12:50<br>キッズHIPHOP入門<br>244                           |
| 13:00 | 13:15 - 14:15<br>ボイスレッスン基礎<br>miumiu           | 13:00 - 14:00<br>はじめての社交ダンス<br>佐久間祥子               |  | 13:10 - 14:10<br>産後ママのためのベリーダンス<br>バーラン    | 13:00 - 14:00<br>ジャズ入門<br>Chiaki (講師変更)       | 13:00 - 14:00<br>はじめてのHIPHOP<br>Angel               | 13:00 - 14:00<br>はじめてのHIPHOP<br>MINAMI (時間変更)                 |
| 14:00 | プライベート&<br>セミプライベートレッスン                        | プライベート&<br>セミプライベートレッスン                            | プライベート&<br>セミプライベートレッスン                          | プライベート&<br>セミプライベートレッスン                    | 14:00 - 15:00<br>ジャズヒップホップ入門<br>Chiaki (講師変更) | 14:00 - 15:00<br>英語でキッズHIPHOP<br>Angel              | 14:05 - 15:05 (6/7)<br>HIPHOP(New Jack Swing)<br>初・中級 YOSHIKO |
| 15:00 |  |  | 15:30 - 16:30<br>キッズバレエ<br>みどり                   |  | 15:15 - 16:00<br>プリキッズテーマパークダンス<br>mika       | 15:00 - 16:00<br>英語でガールズHIPHOP<br>Angel             | 15:10~16:10 (6/7)<br>みんなで楽しくテーマパークダンス<br>(ジュニア~) mika         |
| 16:00 | 16:00 - 17:00<br>キッズバレエ<br>石川智子                | 16:15 - 17:15<br>はじめてのキッズHIPHOP<br>YURIKA          | 16:30 - 17:30<br>ピギナースバレエ<br>みどり                 | 16:15 - 17:00<br>親子プレバレエ みなみ               | 16:00 - 17:00<br>キッズテーマパークダンス<br>mika         | 16:00 - 17:00<br>英語でHIPHOP<br>Angel                 | 16:15 - 17:30<br>バレエ基礎&体幹トレーニング<br>(ジュニア~)<br>みなみ (時間、クラス名変更) |
| 17:00 | 17:00 - 18:00<br>キッズHIPHOP入門<br>244            | 17:15 - 18:15<br>ジュニアHIPHOP<br>YURIKA              | 17:30 - 18:30<br>キッズ・ガールズヒップホップ<br>MIKI          | 17:00 - 18:15<br>キッズ&ジュニア<br>モダンバレエ<br>みなみ | 17:00 - 18:00<br>KIDS HIPHOP<br>DAISAKU       | 17:00 - 18:00<br>Kids&Jr. JAZZ FUNK<br>(入門・初級) KANA | 17:35 - 18:50<br>振付&performance<br>クラス(ジュニア~)<br>Noppi (時間変更) |
| 18:00 | 18:00 - 19:00<br>キッズHIPHOP初級<br>244            | 18:15 - 19:15<br>Kids&Jr R&B/HIPHOP中級<br>SHIMA2    | 18:30 - 19:30<br>ガールズヒップホップ入門<br>MIKI            | 18:20~19:20<br>キッズ&ジュニアテーマパークダンス<br>mika   | 18:00 - 19:00<br>JUNIOR HIPHOP<br>DAISAKU     | 18:00 - 19:00<br>Kids&Jr. JAZZ FUNK<br>(中・上級) KANA  |   |
| 19:00 | 19:00 - 20:00<br>JAZZFUNK<br>KANA              | 19:15 - 20:30<br>JAZZHIPHOP中・上級<br>Noppi           | 19:35 - 20:50<br>DIVAダンス(ジュニア~)<br>MIYUKI (6/17) | 19:30~20:45<br>テーマパークダンス<br>mika           | 19:00 - 20:15<br>HIPHOP(経験者対象)<br>yossi       | 19:00 - 20:15<br>HIPHOP<br>KAORI                    |   |
| 20:00 | 20:00 - 21:15<br>ピギナースバレエ<br>大久保波季             | 20:30 - 21:45<br>R&B/HIPHOP<br>SHIMA2              | 20:55 - 22:10<br>大人のHIPHOP<br>DAISAKU (時間変更)     | 20:45 - 21:45<br>ヒール&ラテンクラス<br>MORIUCHI    | 20:15 - 21:30<br>ヒールクラス<br>MIYUKI             | 20:15 - 21:15<br>JAZZ HIPHOP<br>KANA (講師変更)         |   |
| 21:00 | 21:15 - 22:30<br>JAZZHIPHOP初級<br>Cana          | 21:45 - 23:00<br>HIPHOP(New Jack Swing)<br>YOSHIKO |  | 21:45 - 23:00<br>JAZZ HIPHOP初級<br>Yusuke   | 21:30 - 22:45<br>JAZZ HIPHOP<br>Yusuke        | 21:15 - 22:30<br>J-POP JAZZ<br>絵里                   |   |

※2020年6月1日以降のスケジュールです。予告なく変更する場合がございます。最新の情報はHPにてご確認ください。

- 🟡:キッズ・ジュニア(5,6~12歳)
- 🟢:キッズ・ジュニア~大人(6歳~成人上限なし)
- 🟣:ジュニア~大人クラス(11歳~成人上限なし)
- 🔵:大人(18歳~成人上限なし)
- 🟠:親子プログラム(3歳ぐらい~と親)
- 🟤:受け放題プラン対応