

NEW [11/8 START]
JAZZHIPHOP&体幹トレーニング
流行の曲に合わせて楽しくトレーニングとダンスを踊ることで五感を刺激し、健康な脳と体を目指します!

火 12:45~13:45 講師: AMO



NEW [11/4 START]
ラテンダンスエクササイズ
ラテンのリズムに合わせてステップを楽しみながらシェイプアップ!ラテン特有の動きでくびれ効果も!

金 11:05~12:05 講師: MORIUCHI

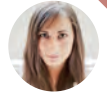
リニューアル [11/4 START]
モーニング・フラ
南国のムードの音楽に合わせて、優雅に踊るフラは心も体もリラックスできます。
金 10:00~11:00 講師: Hisako



リニューアル [11/1 START]
大人のKPOP入門
全世界で人気のK-POPのダンスの振付と一緒に楽しみましょう!
火 13:50~14:50 講師: Angel



リニューアル [11/7 START]
ピラティス
姿勢を良くしたい方、柔軟性・体幹の力強さを同時につけていきたい方に最適なクラスです。
月 14:15~15:15 講師: Santina



時間変更 クラス名変更 [11/4 START]
JAZZ
大人からのJAZZHIPHOP
金 12:10~13:25 講師: Chiaki
金 13:30~14:30 講師: Chiaki



長期代講 産休入るため、来年春ごろまで長期代講となります。



YURIKA ▶ 美紅(みく)
Profile ミュージカル出演「家山子物語」東京公演 ダンサー役・映画「CLIMAX」プロモーションダンサー・UMEDANCE コンテスト ゲスト出演・多数イベント作品出演



Sumiko ▶ 宮沢南奈
Profile 3歳からジャズダンス・クラシックバレエ・ヒップホップ・タップダンスを学び、マクナルダンスコンテスト決勝進出。ユニバーサルスタジオジャパンエンターテイナーや数々の舞台に出演。2021~現在NHKおかあさんといっしょ4代目身体表現まゆのアシスタント。その他自身の出演作品多数。

New Years Party 申込み
10/16(日)~11/13(日)

下記のQRコードより申し込みを受け付けます。



Schedule

Time	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
9:00						9:30-10:45 ピギナーズバレエ みどり	10:00-10:45 親子リトルHIPHOP 244
10:00		10:00-11:30 大人のジャズ 平井麻吏江	10:30-11:45 みんなで踊ろう!ジャズダンス! mika	10:00-11:15 大人からのバレエ 優子	10:00-11:00 [11/4] モーニング・フラ Hisako ※子連れOK	10:45-11:15 ポアントクラス みどり	10:50-11:50 Kids&Jr.HIPHOP中・上級 244 ★★★
11:00	11:00-12:00 長期代講 ボディメイクストレッチ &エクササイズ 宮沢南奈	11:40-12:40 ボディメイクバレエ 優子	11:50-12:50 長期代講 ボディメイク・バレエ 前川遙子 ※子連れOK	11:20-11:50 ポアント(トゥシューズ)クラス 優子	11:05-12:05 [11/4] ラテンダンスエクササイズ MORIUCHI	11:15-12:05 プレ&キッズバレエ(親子OK)みどり	11:50-12:50 Kids&Jr.HIPHOP初級 244 ★★★
12:00	12:05-13:05 長期代講 ジャズ入門 宮沢南奈	12:45-13:45 [11/8] JAZZHIPHOP& 体幹トレーニング AMO	12:55-14:10 パーレスク入門 YURINA	11:50-12:50 ベリーグダンス中級 バーラン	12:10-13:25 [11/4] JAZZ Chiaki	12:10-13:10 ベリーグダンス初・中級 バーラン	11:50-12:50 HIPHOP初級 244 ★★★
13:00	13:10-14:10 soul dance入門 ちっぴー	12:45-13:45 [11/8] JAZZHIPHOP& 体幹トレーニング AMO	12:55-14:10 パーレスク入門 YURINA	12:55-14:10 ベリーグダンス基礎・超入門 バーラン	13:30-14:30 [11/4] 大人からのJAZZHIPHOP Chiaki	13:15-14:00 英語で親子リトルHIPHOP Angel	13:00-14:00 はじめてのHIPHOP MINAMI
14:00	14:15-15:15 [11/7] ピラティス Santina	13:50-14:50 [11/1] 大人のK-POP入門 Angel	14:20-15:05 プレバレエ(親子OK) 石川智子	15:30-16:15 プレバレエ(親子OK) みなみ		14:00-15:00 ★ Dance in English 1 (Kidsヒップホップ) Angel	14:05-15:05 リズムトレーニング YOSHIKO
15:00			15:10-16:10 キッズバレエ(入門~初級) 石川智子 ★	16:15-17:15 バレエ基礎&パーレソン みなみ ★	15:15-16:00 プレキッズテーマパークダンス mika	15:00-16:00 ★★★ Dance in English 2 (Jr.ヒップホップ) Angel	15:10~16:10 テーマパークダンス入門 mika
16:00		16:30-17:30 長期代講 Kids&Jr.HIPHOP初級 美紅 ★★★	16:10-17:25 Kids&Jr.バレエ(中級) 石川智子 ★★★	17:15-17:15 バレエ基礎&パーレソン みなみ ★	16:00-17:00 キッズテーマパークダンス入門 mika ★	16:00-17:00 K-POP入門 Angel	16:15-17:30 モダンバレエ&体幹トレーニング みなみ
17:00	17:00-18:00 Kids&Jr.HIPHOP入門 244 ★★★	17:30-18:30 長期代講 Kids&Jr.HIPHOP中級 美紅 ★★★	17:30-18:30 Kids&Jr.JAZZHIPHOP初級 Marii ★★★	17:15-18:25 Kids&Jr.モダンダンス みなみ ★★★	17:00-18:00 KIDS HIPHOP DAISAKU ★	17:00-18:00 Kids&Jr. JAZZ Chiaki ★★★	17:35-18:35 K-POP完コピ Ayaka
18:00	18:00-19:00 Kids&Jr.HIPHOP初級 244 ★★★	18:30-19:30 HIT CHART POPS SHIMA2 ★★★	18:30-19:30 JAZZHIPHOP中級 Marii	18:30~19:30 ジュニアテーマパークダンス 初級mika ★★	18:00-19:00 JUNIOR HIPHOP DAISAKU ★★	18:05-19:05 HIPHOP初級 KAORI	18:40-20:10 TEAM HEART BEAT
19:00	19:00-20:00 JAZZFUNK AMO	19:30-20:30 JAZZHIPHOP Mappy	19:35-20:50 DIVAダンス MIYUKI	19:30~20:45 JAZZ mika	19:00-20:15 HIPHOP中・上級 yossi	19:05-20:15 HIPHOP中級 KAORI	
20:00	20:00-21:15 ピギナーズバレエ 大久保波季	20:30-21:45 R&B/HIPHOP SHIMA2	20:55-22:10 大人のHIPHOP DAISAKU	20:45-21:45 ヒール&ラテンクラス MORIUCHI	20:15-21:30 ヒールクラス MIYUKI	20:15-21:15 JAZZ HIPHOP初中級 YURINA	20:15-21:30 ストリートスタイル tomomi ※オンライン
21:00	21:30-22:30 大人のK-POP入門 彩	21:45-23:00 HIPHOP(New Jack Swing) ベーシック YOSHIKO		21:45-22:45 LOCK DANCE ちっぴー	21:35-22:45 JAZZ HIPHOP 基礎&体幹トレーニング Yusuke	21:15-22:30 JAZZ HIPHOP Yusuke	

※2022年11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(6~10歳) ★ □: ジュニア(11~17歳) ★★★
- : キッズ&ジュニア(6~17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