



人気講師のMII先生がカムバック! 新しい魅力的なクラスをスタートいたします。皆様のご参加を心よりお待ちしております。 ※モーニングフラは終了となります。これまでご受講いただき、ありがとうございました。

ボディコンディショニング 4/7 START!

柔軟性の向上や筋力アップ、バランスや姿勢の改善に焦点を当てた、ストレッチ&コアトレーニングのクラスです。運動初心者から経験者まで、幅広い年代の方に受けやすい内容となっております。是非、お気軽にご参加ください。

金 10:00~11:00 講師: MII

Profile

3歳からバレエを始め、大阪芸術大学舞踊学科を卒業後、アメリカのベニンシュラバレエシアターに所属し、Oakland Ballet, Black Diamond Ballet Theater, Western Ballet Companyで活躍。帰国後は、指導者として活動する傍ら、CM、ドラマ、映画作品の仕事もしており、現在は桜美林大学で非常勤講師も務めている。

NEW

講師変更 【4/3 START】

ビギナーズバレエ



大久保先生は海外に移ることになったため、後任として経験豊富なMII先生に交代することとなりました。

月 20:00~21:15 講師: MII

クラス名&時間変更 【4/5 START】

HEELS(ヒールクラス)

「バレエスク入門」クラス変更

ヒールを履いて女性らしい体のラインを強調したウォーキングや、海外で大ヒット中の曲に合わせた振り付けを楽しく学べるクラスです。

水 12:40~13:40 講師: YURINA

クラス名変更 【4/6 START】

バレエリトミック

「プレバレエ」クラス変更

バレエの基礎を楽しく学びながら、音楽に合わせたリズム遊びやストレッチ、踊りなども取り入れた独自のプログラムです。

木 15:30~16:15 講師: みなみ

INFO

クラス名変更 【4/6 START】

ベリーダンス基礎

「ベリーダンス中級」クラス変更

基本的なステップやムーブメントを学ぶクラスです。

木 11:50~12:50 講師: バーラン

クラス名変更 【4/6 START】

ベリーダンス振付

「ベリーダンス基礎・超入門」クラス変更

ベリーダンスの曲に合わせて振付を学ぶクラスです。

木 12:55~14:10 講師: バーラン

時間変更 【4/5 START】

ボディメイクバレエ

「ボディメイクバレエ」

水 11:35~12:35 講師: 前川遙子

Schedule

Time	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
9:00						9:30-10:45 ビギナーズバレエ 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	10:30-11:30 JAZZ入門 mika	10:00-11:15 大人からのバレエ 優子	10:00-11:00 4/7 ボディコンディショニング MII	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 宮澤南菜	11:40-12:40 ボディメイクバレエ 優子	11:35-12:35 4/5 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 ラテンダンスエクササイズ MORIUCHI	11:15-12:05 長期代講 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 宮澤南菜	12:45-13:45 JAZZHIPHOP& 体幹トレーニング AMO	12:40-13:40 クラス名変更 HEELS(ヒールクラス) YURINA 4/5	11:50-12:50 ベリーダンス基礎 バーラン 4/6	12:10-13:25 JAZZ Chiaki	12:10-13:10 ベリーダンス初・中級 バーラン	13:00-14:00 はじめてのHIPHOP MINAMI
13:00	13:10-14:10 soul dance入門 ちっぴー			12:55-14:10 ベリーダンス振付 バーラン 4/6	13:30-14:30 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 ピラティス Santina	13:50-14:50 大人のK-POP入門 Angel	14:20-15:05 プレバレエ(親子OK) 石川智子			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 ★	15:30-16:15 4/6 バレエリトミック 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			16:10-17:25 Kids&Jr.バレエ(中級) 石川智子 ★★★	16:15-17:15 バレエ基礎&バレレッスン 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 ★★★	16:30-17:30 長期代講 Kids&Jr.HIPHOP初級 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 JAZZ Chiaki ★	17:35-18:35 K-POP完コピ Ayaka
18:00	18:00-19:00 Kids&Jr.HIPHOP初級 244 ★★★	17:30-18:30 長期代講 Kids&Jr.HIPHOP中級 美紅 ★★★	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	18:30-19:30 Jr.JAZZ初級 Chiaki ★★	19:30-20:50 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 4/3 ビギナーズバレエ MII 講師変更	19:30-20:30 JAZZHIPHOP Mappy	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 HEELS(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	20:30-21:45 R&B/HIPHOP SHIMA2		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	

※2023年4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

Tel. 03-6794-7712

studio-heartbeat.com