



発表会出演に伴い下記のクラスを11/19(日)~12/17(日)まで体験・振替クローズとさせていただきます

- | | | |
|---|-----------------------------------|-----------------------------------|
| 月 Kids&Jr.HIPHOP初級 18:00~/244 | 木 Kids&Jr.モダンダンス 17:15~/みなみ | 土 Dance in English 2 15:00~/Angel |
| 月 ビギナーズバレエ 20:00~/MII | 木 JAZZ 19:30~/mika | 土 K-POP初級 16:00~/Angel |
| 火 JAZZ HIPHOP 19:30~/Mappy | 木 ヒール&ラテン 20:45~/MORIUCHI | 土 Kids JAZZ 17:00~/Chiaki |
| 火 HIPHOP(New Jack Swing) 21:45~/YOSHIKO | 金 プレキッズ・テーマパークダンス 15:15~/mika | 土 HIPHOP初・中級 19:05~/KAORI |
| 水 Kids&Jr.JAZZ HIPHOP 17:30~/Marii | 金 キッズチアダンス入門・初級 18:15~/mika | 日 Kids&Jr.HIPHOP初・中級 10:50~/244 |
| 水 JAZZ HIPHOP初・中級 18:30~/Marii | 金 HIPHOP 19:00~/yossi | 日 Kids&Jr.HIPHOP入門・初級 11:50~/244 |
| 水 DIVAダンス 19:35~/MIYUKI | 金 HEELS(ヒールクラス) 20:15~/MIYUKI | 日 HIPHOP 13:00~/MINAMI |
| 木 ベリーダンス振付 12:25~/パーラン | 土 ベリーダンス基礎・振付 12:00~/パーラン | 日 テーマパークダンス 15:10~/mika |
| 木 バレエリトミック 15:30~/みなみ | 土 Dance in English 1 14:00~/Angel | 日 K-POP完コピ 17:35~/Ayaka |

※レギュラーで上記クラスを受講されている方のこの期間の受講は可能です。

新規開講クラス

【11/5-】

親子でダンス ANNEX *New!*

親子で簡単な振り付けやステップを楽しむクラスです! ストレッチや簡単なエクササイズも含まれ、体力向上と共に一体感が生まれます。ダンスでよりハッピーな日々を過ごしましょう。

日 10:00~10:45 講師:みなみ



時間変更

時間変更 開始時間が20分早くなります。

JAZZ超入門 ANNEX 日 14:10~15:10 講師:Chiaki

10月いっぱいまでクローズとなります。

JAZZ入門 ANNEX 火 18:10~19:10 講師:宮澤南菜

親子テーマパークダンス ANNEX 土 10:00~10:45 講師:宮澤南菜

フラ入門 ANNEX 土 11:00~12:00 講師:Hisako

リニューアルクラス

クラス変更 【11/1-】

「ラテンダンス」の内容が社交ダンスにリニューアルされます。

社交ダンス入門 ANNEX

基礎からパーティーダンスまで、ゆっくり丁寧に指導します。一緒に楽しんでいきましょう♪ 楽しく踊って健康に!

水 15:00~16:00 講師:Sayoko



クラス・時間・場所変更 【11/7-】

【MAIN】火 11:20-12:20
「バレエ基礎」からの変更となります。

ボディメイクバレエ ANNEX

スッとまっすぐ伸びたバレリーナの肢体は究極の女性美。バレエを基に、背中と二の腕の引き締め、脇肉のシェイプにフォーカスし、後ろ姿をエレガントに整えましょう!

火 13:45~14:45 講師:優子



11月 LESSON SCHEDULE

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日		日曜日		
	MAIN	ANNEX	MAIN	ANNEX	MAIN	ANNEX	MAIN	ANNEX	MAIN	ANNEX	MAIN	ANNEX	MAIN	ANNEX	
9															
10			10:00~11:15 大人のジャズ 平井麻吏江 初 Ad		10:30~11:30 JAZZ入門 mika Ad		10:00~11:15 バレエ初級 優子 初 Ad						10:00~10:45 親子リトールHIPHOP 244 Ad		10:00~10:45 親子でダンス★新編 みなみ Ad
11	11:00~12:00 ポディメイクスレッシュ チ&エウサワイズ Sumiko Ad				11:35~12:35 ポディメイクバレエ 宮村さき Ad		11:05~12:05 ヒール&ラテン入門 MORIUCHI Ad						10:50~11:50 Kids&Jr.HIPHOP 初・中級 244 初中 Ad		11:30~12:30 HIPHOP超入門 MINAMI Ad
12	12:05~13:05 JAZZ Sumiko Ad				12:40~13:40 JAZZ HIPHOP入門 Yusuke Ad		12:10~13:25 JAZZ Chiaki Ad						11:50~12:50 Kids&Jr.HIPHOP 入門・初級 244 初中 Ad		
13	13:10~14:10 SOUL DANCE ちゅー Ad				13:45~14:45 ポディメイクバレエ 優子 ★クラス変更 場所変更 Ad		13:30~14:30 大人のK-POP入門 Angel Ad						13:00~14:00 HIPHOP JAZZ 超入門 Chiaki Ad		
14	14:15~15:15 ピラティス Santina Ad				14:20~15:05 バレエ 石川智子 Ad		14:00~15:00 Dance in English1 (Kids&Jr.ヒップホップ 入門・初級) Angel Ad						14:05~15:05 リズムトレーニング YOSHIKO Ad		
15			15:00~16:00 スローラテン Sayoko Ad		15:10~16:10 キッズバレエ 入門・初級 石川智子 Ad		15:00~16:00 英語で親子トールHIPHOP Angel Ad						15:10~16:10 アーマババダンス mika Ad		
16					16:10~17:25 Kids&Jr.バレエ 初・中級 石川智子 Ad		15:15~16:00 丸キッズ・マバウ mika Ad						16:15~17:30 モダンバレエ&体幹 トレーニング みなみ Ad		
17	17:00~18:00 Kids&Jr.HIPHOP 入門 244 Ad				17:00~18:00 JAZZ超入門 美紅 Ad		17:00~18:00 KIDS HIPHOP DAISAKU Ad						17:00~18:00 バレエ超入門 MII Ad		
18	18:00~19:00 Kids&Jr.HIPHOP 初級 244 Ad				18:10~19:10 HIPHOP入門 美紅 Ad		18:00~19:00 JUNIOR HIPHOP DAISAKU Ad						17:35~18:35 K-POP売コピ Ayaka Ad		18:00~19:15 ストリートスタイル tomomi Ad
19	19:00~20:00 JAZZ FUNK AMO Ad				19:30~20:50 DIVAダンス MIYUKI Ad		19:00~20:15 HIPHOP Yossi Ad						18:40~20:10 TEAM HEART BEAT Ad		
20	20:00~21:15 ピキナーズ/バレエ MII Ad				20:45~21:45 ヒール&ラテン MORIUCHI Ad		20:15~21:30 HEELS(ヒールク ラス) MIYUKI Ad								
21					20:55~22:10 大人のHIPHOP DAISAKU Ad		21:35~22:45 JAZZ HIPHOP基礎 &体幹トレーニング Yusuke Ad								
22	21:30~22:30 大人のK-POP 彰 Ad				21:45~22:45 LOCK DANCE ちゅー Ad										

レベル 年齢 クラス種別

初 Ad : 超入門 入 : 入門 初 : 初級 中 : 中級 Ad : ボディメイク

PK : プレキッズ(3~6歳/就学前) Kd : キッズ(6~10歳) Jr : ジュニア(11~17歳) Ad : 大人(18歳以上) 親 : 親子(子供は3~6歳/就学前)

☐ : 受け放題 ☐ : 超入門受け放題 ☐ : 特別クラス 👤 : 杉並区子育て応援券使用可能クラス