

# 10

## WELLNESS ARTS STUDIO

2022

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday
					1	2
					○	○
3	4	5	6	7	8	9
○	○	○	○ ヤムナクラスあり	○	○	○
10	11	12	13	14	15	16
○	○	○	○	休講	休講	休講
17	18	19	20	21	22	23
○	○	○ 夜バレエクラスあり	○ ヤムナクラスあり	○	○	○
24	25	26	27	28	29	30
○	○	○	○	○	○	○
31						
○						

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday
エレガンスストレッチ 11:00 - 12:30 笹原 進一	バレエ プレイスメント 10:00 - 11:30 笹原 進一	バレエ シンプル 11:00 - 12:30 笹原 進一	ストレッチ & パー 11:00 - 12:30 笹原 進一	バレエ シンプル 11:00 - 12:30 笹原 進一		
バレエ 13:30 - 15:15 笹原 進一	バレエシンプル 12:00 - 13:30 笹原 進一	★ポワントスクール 13:30 - 15:00 土井 由希子	バレエ・ステップワーク 13:00 - 14:30 笹原 進一	バレエ 13:30 - 15:15 笹原 進一	バレエ シンプル 14:30 - 16:00 笹原 進一	バレエ 11:00 - 12:30 土井 由希子
		★ジュニアバレエ1 16:00 - 16:55 土井 由希子	ヤムナボディローリング 15:00 - 16:00 KAORU 月2回 開講	★キッズバレエ 16:00 - 16:45 佐藤 美幸	バレエ 16:30 - 18:15 笹原 進一	
				★ジュニアバレエ2 17:30 - 18:30 土井 由希子		
	バレエ 基礎 19:30 - 21:00 土井 由希子	バレエシンプル 19:30 - 21:00 笹原 進一 19日のみ 開講		バレエ 19:30 - 21:00 土井 由希子		

★マークはスクール制のクラスとなります

### 【休講】

- 14 (金)
- 15 (土)
- 16 (日)

### 【隔週開講クラス】

「ヤムナ・ボディローリング」 6・20日 木曜 15:00 - 16:00 指導 KAORU \*事前予約制 (当日8:00まで受付)

### 【19日 (水) 開講クラス】

「バレエ・シンプル」 19:30 - 21:00 指導 笹原 進一