

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday
			1	2	3	4
			○	○	○	○
5	6	7	8	9	10	11
○	○	○	○ ヤムナクラスあり	○	○	○
12	13	14	15	16	17	18
○ 休講クラスあり	○	○	○	○	○	○
19	20	21	22	23	24	25
○	○	○	○ ヤムナクラスあり	○ 休講・時間変更あり	○	○
26	27	28	29			
○	○	○	○			

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday
エレガンス ストレッチ 11:00 - 12:45 笹原 進一	バレエ プレイスメント入門 10:00 - 11:30 笹原 進一	バレエ シンプル +ストレッチ 11:00 - 12:45 笹原 進一	ストレッチ&バーレッスン 11:00 - 12:30 笹原 進一	バレエ シンプル 11:00 - 12:45 笹原 進一		モーニング バレエ 入門 9:15 - 10:30 土井 由希子
バレエ 基礎初級 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	ヤムナ・ボディローリング 13:00 - 14:00 KAORU 2回開講 8・22日	バレエ 基礎初級 13:30 - 15:15 笹原 進一	バレエ シンプル 14:30 - 16:15 笹原 進一	バレエ 基礎初級 11:00 - 12:30 土井 由希子
		★ジュニアバレエ1 16:00 - 17:20 土井 由希子	バレエアームス 14:30 - 16:00 笹原 進一	★キッズバレエ 16:00 - 16:55 土井 由希子	バレエ 初級 16:30 - 18:15 笹原 進一	
				★ジュニアバレエ2 17:30 - 18:40 土井 由希子		
エレガンス ストレッチ 19:30 - 21:15 笹原 進一	バレエ プレイスメント入門 19:30 - 21:00 土井 由希子			バレエ 基礎初級 19:30 - 21:00 土井 由希子		
				ポアント入門 クラス受講者対象 +1,300円 21:05 - 21:35 土井 由希子		

◆バレエクラス 運動強度 入門 > シンプル > 基礎初級 > 初級

■ 休講

- 1 2 (月) エレガンスストレッチ 夜クラス (19:30 -)
- 2 2 (金) キッズバレエ/ジュニアバレエ2

■ 2月22日 (金・祝日) スケジュール \*時間変更で開講いたします

- 11:00 - 12:45 「バレエ シンプル」
- 13:15 - 15:00 「バレエ基礎初級」
- 16:00 - 17:30 「バレエ基礎初級」
- 17:35 - 18:05 「ポアント入門」

■ ヤムナ・ボディローリング

- 8・22 (木) 13:00 - 14:00 \*事前予約制 (開講日前日 22時まで受付)