

2023

2

Wellness Arts Studio

Tel: 03-6804-1557

Mail: wellnessartsstudio@mac.com

Web: www.wellnessartsstudio.net

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday
		1	2	3	4	5
		○	○ ヤムナクラスあり	○	○	○ モーニングバレエあり
6	7	8	9	10	11	12
○	○	○ 月2回クラスあり	○	○	○	○ モーニングバレエあり
13	14	15	16	17	18	19
○	○	○	○ ヤムナクラスあり	○	○	○ モーニングバレエあり
20	21	22	23	24	25	26
○	○	○ 月2回クラスあり	○ モーニングバレエあり	○	○	○
27	28					
○	○					

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・プレイズメント 10:00 - 11:30 笹原 進一	バレエ・シンプル +ストレッチ 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		モーニング バレエ(入門) 9:15 - 10:30 土井 由希子
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	エアリー・ステップ 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		
エレガンスストレッチ 19:30 - 21:00 笹原 進一	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 月2回開講		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】

2月はありません

【モーニング・バレエ クラス】

5・12・26日 日曜 9:15 - 10:30

23日 木曜・祝日 9:00 - 10:30

指導 土井 由希子 受講料 2,900円 *レッスンチケット受講可

【月2回開講クラス】

「ヤムナ・ボディローリング」 2・16日 木曜 15:00 - 16:00 指導 KAORU *事前予約制(開講日前日 22時まで受付)

「バレエ シンプル」 8・22日 水曜 19:30 - 21:00 指導 笹原 進一