

2023

10

Wellness Arts Studio

03-6804-1557

wellnessartsstudio@mac.com

www.wellnessartsstudio.net

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

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday
エLEGANS ストレッチ 11:00 - 12:30 笹原 進一	バレエ プレイズメント 入門 10:00 - 11:30 笹原 進一	バレエ シンプル +ストレッチ 11:00 - 12:40 笹原 進一	エLEGANS パーワーク ストレッチ + パーレッスン 11:00 - 12:30 笹原 進一 時間変更	バレエ シンプル 11:00 - 12:40 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 5・19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 時間変更	★キッズ&ジュニアバレエ 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LEGANS ストレッチ 19:30 - 21:00 笹原 進一	バレエ プレイズメント 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 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】

9 (月)

10 (火) バレエプレイズメント (10:00 -) バレエシンプル

【ヤムナ・ボディローリング】

5・19 (木) 13:00 - 14:00 指導 KAORU *事前予約制 (開講日前日 22時まで受付)

【金曜 ポアント入門】 金曜 21:05 - 21:35

基礎初級 (19:30~) クラス受講の方が対象。バレエレッスン後にオプションでご受講いただけます。受講料 ¥1,300

*講師のやむを得ない都合や悪天候等により、休講となる場合がございます。

休講が追加された場合、ご登録いただいた方にはスタジオLINE、またはホームページのインフォメーションにてお知らせいたします。

*レッスンの最少開講人数は2名となります。1名の場合は休講、2名の場合は、時短となる場合がございますので、ご了承ください。