

# 2024年 4月 タイムテーブル

平日	MON			TUE			WED			THU			FRI			SAT			SUN			土日祝																																																																																																																																			
	01	02	03	01	02	03	01	02	03	01	02	03	01	02	03	01	02	03	01	02	03																																																																																																																																				
10:00	上級 高山直樹	10:30-12:00 初級 I 根岸澄彦		上級 山本康介	10:30-12:00 初級 I 近藤美穂		上級 Igal	10:30-12:00 初級 I 菊池亮佑		上級 Alessio	10:30-12:00 初級 I 上原秋美		上級 Igal	10:30-12:00 初級 I 松岡梨絵		上級 Igal	10:30-12:00 初級 I ヨガ		上級 折井元子	10:30-12:00 初級 I 菊池研	10:00-11:30 はじめてバレエ 【予約制】	10:00																																																																																																																																			
11:45	中級 Igal			中級 Igal	12:15-13:45 ポアント初級 / 近藤		中級 Igal			中級 Igal	12:15-13:45 ポアント初級 / 上原		中級 Michael	12:15-13:45 ポアント入門 / 松岡		中級 Michael	12:15-13:45 中村春彦	12:15-13:45 Jazz	中級 Murashov	12:15-13:45 入門 I 菊池研	11:45-13:15 森岡恋	11:45																																																																																																																																			
13:15																				13:00-14:30 ダンスエクササイズ 後藤いずみ	13:00																																																																																																																																				
13:30	レベルフリー 根岸澄彦			レベルフリー 厚地康雄			レベルフリー Igal			レベルフリー 根岸澄彦			レベルフリー Igal			レベルフリー Igal	14:00-15:30 初級 I 清水猛	14:00-15:30 初級 I キミホ	レベルフリー Igal	14:00-15:30 初級 I 小笠原由紀	13:30-15:00 ダンスエクササイズ 後藤いずみ	13:30																																																																																																																																			
15:15																				15:00-16:05 プロアパー&ストレッチ	15:15																																																																																																																																				
16:45																				15:45-17:15 ピラティスと解剖学 杉本亮子	15:45-17:15 飯東裕子	15:15																																																																																																																																			
17:00																						17:00																																																																																																																																			
18:30																						18:30																																																																																																																																			
19:30	レベルフリー Alessio	19:00-20:30 初級 II 近藤美穂		レベルフリー 秋元康臣	19:00-20:30 初級 I 下村由理恵		レベルフリー 根本直樹	19:00-20:30 入門 II 八幡鏡光		レベルフリー 根岸澄彦	19:00-20:30 初級 I 小笠原由紀		レベルフリー Alessio	19:00-20:30 入門 II 菊池亮佑		レベルフリー 近藤美穂	17:30-19:00 コンテンポラリー 岡本壮太		レベルフリー Seung Hyun			18:45																																																																																																																																			
21:00											20:35-21:05 ポアント入門/小笠原											20:15																																																																																																																																			
8																						9																						10																						11																						12																						13																						14																					
10:00	上級 山本康介	10:30-12:00 初級 I 根岸澄彦		上級 山本康介	10:30-12:00 初級 I 近藤美穂		上級 (スタート!) Seung Hyun	10:30-12:00 初級 I 菊池亮佑		上級 Seung Hyun	10:30-12:00 初級 I 佐久間奈緒		上級 Seung Hyun	10:30-12:00 初級 I 松岡梨絵		上級 Seung Hyun	10:30-12:00 初級 I ヨガ		上級 Seung Hyun	10:30-12:00 初級 I 菊池研	10:00-11:30 はじめてバレエ 【予約制】	10:00																																																																																																																																			
11:45	中級 Igal			中級 厚地康雄	12:15-13:45 ポアント初級 / 近藤		中級 根岸澄彦			中級 Seung Hyun	12:15-13:45 ポアント初級 / 佐久間		中級 Alessio	12:15-13:45 ポアント入門 / 松岡		中級 Michael	12:15-13:45 中村春彦	12:15-13:45 Jazz	中級 Murashov	12:15-13:45 入門 I 菊池研	11:45-13:15 森岡恋	11:45																																																																																																																																			
13:15																					13:00-14:30 ダンスエクササイズ 後藤いずみ	13:15																																																																																																																																			
13:30	レベルフリー 根岸澄彦			レベルフリー Murashov			レベルフリー Seung Hyun			レベルフリー Seung Hyun			レベルフリー Seung Hyun			レベルフリー Seung Hyun	14:00-15:30 ジュニアコンテ 初級 I	14:00-15:30 初級 I キミホ	レベルフリー Seung Hyun	14:00-15:30 初級 I 小笠原由紀	13:30-15:00 ダンスエクササイズ 後藤いずみ	13:30																																																																																																																																			
15:15																					15:00-16:05 プロアパー&ストレッチ	15:15																																																																																																																																			
16:45																					15:45-17:15 ピラティスと解剖学 杉本亮子	15:45-17:15 飯東裕子	15:15																																																																																																																																		
17:00																						17:00																																																																																																																																			
18:30																						18:30																																																																																																																																			
19:30	レベルフリー Alessio	19:00-20:30 初級 II 近藤美穂		レベルフリー 秋元康臣	19:00-20:30 初級 I 下村由理恵		レベルフリー Seung Hyun	19:00-20:30 入門 II 八幡鏡光		レベルフリー 根岸澄彦	19:00-20:30 初級 I 小笠原由紀		レベルフリー Alessio	19:00-20:30 入門 II 菊池亮佑		レベルフリー Seung Hyun	17:30-19:00 コンテンポラリー 岡本壮太		レベルフリー Seung Hyun			18:45																																																																																																																																			
21:00											20:35-21:05 ポアント入門/小笠原											20:15																																																																																																																																			
15																						16																						17																						18																						19																						20																						21																					
10:00	上級 折井元子	10:30-12:00 初級 I 根岸澄彦		上級 Seung Hyun	10:30-12:00 初級 I 近藤美穂		上級 Seung Hyun	10:30-12:00 初級 I 菊池亮佑		上級 Seung Hyun	10:30-12:00 初級 I 佐久間奈緒		上級 Seung Hyun	10:30-12:00 初級 I 松岡梨絵		上級 Seung Hyun	10:30-12:00 初級 I ヨガ		上級 Seung Hyun	10:30-12:00 初級 I 菊池研	10:00-11:30 はじめてバレエ 【予約制】	10:00																																																																																																																																			
11:45	中級 Michael			中級 厚地康雄	12:15-13:45 ポアント初級 / 近藤		中級 根岸澄彦			中級 Seung Hyun	12:15-13:45 ポアント初級 / 佐久間		中級 Michael	12:15-13:45 ポアント入門 / 松岡		中級 Michael	12:15-13:45 中村春彦	12:15-13:45 Jazz	中級 Murashov	12:15-13:45 入門 I 菊池研	11:45-13:15 森岡恋	11:45																																																																																																																																			
13:15																					13:00-14:30 ダンスエクササイズ 後藤いずみ	13:15																																																																																																																																			
13:30	レベルフリー 根岸澄彦			レベルフリー Seung Hyun			レベルフリー Seung Hyun			レベルフリー Seung Hyun			レベルフリー Seung Hyun			レベルフリー Seung Hyun	14:00-15:30 ジュニアコンテ 初級 I	14:00-15:30 初級 I キミホ	レベルフリー Seung Hyun	14:00-15:30 初級 I 小笠原由紀	13:30-15:00 ダンスエクササイズ 後藤いずみ	13:30																																																																																																																																			
15:15																					15:00-16:05 プロアパー&ストレッチ	15:15																																																																																																																																			
16:45																					15:45-17:15 ピラティスと解剖学 杉本亮子	15:45-17:15 飯東裕子	15:15																																																																																																																																		
17:00																						17:00																																																																																																																																			
18:30																						18:30																																																																																																																																			
19:30	レベルフリー Alessio	19:00-20:30 初級 II 近藤美穂		レベルフリー Seung Hyun	19:00-20:30 初級 I 下村由理恵		レベルフリー Seung Hyun	19:00-20:30 入門 II 八幡鏡光		レベルフリー 根岸澄彦	19:00-20:30 初級 I 小笠原由紀		レベルフリー Seung Hyun	19:00-20:30 入門 II 菊池亮佑		レベルフリー Seung Hyun	17:30-19:00 コンテンポラリー 岡本壮太		レベルフリー Seung Hyun			18:45																																																																																																																																			
21:00											20:35-21:05 ポアント入門/小笠原											20:15																																																																																																																																			
22																						23																						24																						25																						26																						27																						28																					
10:00	上級 Michael	10:30-12:00 初級 I 根岸澄彦		上級 (スタート!) Raphael	10:30-12:00 初級 I 近藤美穂		上級 Raphael	10:30-12:00 初級 I 菊池亮佑		上級 Alessio	10:30-12:00 初級 I 佐久間奈緒		上級 Raphael	10:30-12:00 初級 I 松岡梨絵		上級 Raphael	10:30-12:00 初級 I ヨガ		上級 Raphael	10:30-12:00 初級 I 菊池研	10:00-11:30 はじめてバレエ 【予約制】	10:00																																																																																																																																			
11:45	中級 Murashov			中級 Murashov	12:15-13:45 ポアント初級 / 近藤		中級 根岸澄彦			中級 Raphael	12:15-13:45 ポアント初級 / 佐久間		中級 Michael	12:15-13:45 ポアント入門 / 松岡		中級 Michael	12:15-13:45 中村春彦	12:15-13:45 Jazz	中級 Murashov	12:15-13:45 入門 I 菊池研	11:45-13:15 森岡恋	11:45																																																																																																																																			
13:15																					13:00-14:30 ダンスエクササイズ 後藤いずみ	13:15																																																																																																																																			
13:30	レベルフリー 根岸澄彦			レベルフリー Raphael			レベルフリー Raphael			レベルフリー Murashov			レベルフリー Raphael			レベルフリー Raphael	14:00-15:30 ジュニアコンテ 初級 I	14:00-15:30 初級 I キミホ	レベルフリー Raphael	14:00-15:30 初級 I 小笠原由紀	13:30-15:00 ダンスエクササイズ 後藤いずみ	13:30																																																																																																																																			
15:15																					15:00-16:05 プロアパー&ストレッチ	15:15																																																																																																																																			
16:45																					15:45-17:15 ピラティスと解剖学 杉本亮子	15:45-17:15 飯東裕子	15:15																																																																																																																																		
17:00																						17:00																																																																																																																																			
18:30																						18:30																																																																																																																																			
19:30	レベルフリー Alessio	19:00-20:30 初級 II 近藤美穂		レベルフリー Michael	19:00-20:30 初級 I 下村由理恵		レベルフリー Raphael	19:00-20:30 入門 II 八幡鏡光		レベルフリー Raphael	19:00-20:30 初級 I 小笠原由紀		レベルフリー Raphael	19:00-20:30 入門 II 菊池亮佑		レベルフリー Raphael	17:30-19:00 コンテンポラリー Ido		レベルフリー Raphael			18:45																																																																																																																																			
21:00											20:35-21:05 ポアント入門/小笠原											20:15																																																																																																																																			
29																						30																						31																						1																																																																																							
10:00	上級 Michael	10:30-12:00 初級 I 根岸澄彦		上級 Raphael	10:30-12:00 初級 I 近藤美穂		上級 Raphael	10:30-12:00 初級 I 菊池亮佑		上級 Alessio	10:30-12:00 初級 I 佐久間奈緒		上級 Raphael	10:30-12:00 初級 I 松岡梨絵		上級 Raphael	10:30-12:00 初級 I ヨガ		上級 Raphael	10:30-12:00 初級 I 菊池研	10:00-11:30 はじめてバレエ 【予約制】	10:00																																																																																																																																			
11:45	中級 Murashov			中級 Murashov	12:15-13:45 ポアント初級 / 近藤		中級 根岸澄彦			中級 Raphael	12:15-13:45 ポアント初級 / 佐久間		中級 Michael	12:15-13:45 ポアント入門 / 松岡		中級 Michael	12:15-13:45 中村春彦	12:15-13:45 Jazz	中級 Murashov	12:15-13:45 入門 I 菊池研	11:45-13:15 森岡恋	11:45																																																																																																																																			
13:15																					13:00-14:30 ダンスエクササイズ 後藤いずみ	13:15																																																																																																																																			
13:30	レベルフリー 根岸澄彦			レベルフリー Raphael			レベルフリー Raphael			レベルフリー Murashov			レベルフリー Raphael			レベルフリー Raphael	14:00-15:30 ジュニアコンテ 初級 I	14:00-15:30 初級 I キミホ	レベルフリー Raphael	14:00-15:30 初級 I 小笠原由紀	13:30-15:00 ダンスエクササイズ 後藤いずみ	13:30																																																																																																																																			
15:15																					15:00-16:05 プロアパー&ストレッチ	15:15																																																																																																																																			
16:45																					15:45-17:15 ピラティスと解剖学 杉本亮子	15:45-17:15 飯東裕子	15:15																																																																																																																																		
17:00																						17:00																																																																																																																																			
18:30																						18:30																																																																																																																																			
19:30	レベルフリー Alessio	19:00-20:30 初級 II 近藤美穂		レベルフリー Raphael	19:00-20:30 初級 I 下村由理恵		レベルフリー Raphael	19:00-20:30 入門 II 八幡鏡光		レベルフリー Raphael	19:00-20:30 初級 I 小笠原由紀		レベルフリー Raphael	19:00-20:30 入門 II 菊池亮佑		レベルフリー Raphael	17:30-19:00 コンテンポラリー Ido		レベルフリー Raphael			18:45																																																																																																																																			
21:00											20:35-21:05 ポアント入門/小笠原											20:15																																																																																																																																			

  ¥3,000
   ¥2,500
   ¥1,000

- 予約不要、入会金、年会費は必要ございません。
- ■は、ワークショップとなっておりますので、事前のご予約をお願い致します。
- 各クラス30分前より受付を行います。
- 遅刻は、いかなる理由であってもお断りさせて頂きます。これは適切なウォームアップによって怪我を予防する目的と、クラスのエチケットのためです。
- ご自身の経験とクラスレベルをよくご確認の上でご受講ください。

(青文字で表記されている箇所は、変更情報が反映されている箇所です)