

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日		日曜日	
	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B
10														
11			10:15~11:45 坂本 バレエ中上級 ♪	10:15~11:45 笹崎 バレエ基礎	4/5~7/26の期間 時間変更 10:30~12:00 金田 バレエ 基礎~初級		10:15~11:45 井神 バレエ初中級	10:00~12:00 Rent	10:00~11:45 高部 バレエ中上級 (ポアント可) ※2		10:00~11:30 今間 バレエ やさしい基礎 (初心者向けクラス) ♪	10:00~12:00 Rent	10:15~12:00 今間 バレエ初級 ♪	
12	11:00~12:30 小林 由明 バレエ初中級 (ポアント可) ※3													4月~7月の期間 時間変更
13		12:00~13:30 松岡 バレエ レベルフリー	12:00~13:45 二見 con.初中級			4/5~7/26の期間 休講 12:40~13:10 金田 ショートポアント 初級※1		11:50~12:20 小林 翔子 ジャイロキネシス®					12:05~12:35 今間 ショートポアント 初級※1	12:00~13:45 青山 ヴァリエーション ワークショップ
14	12:45~14:30 箱田 バレエ基礎				12:45~14:30 二見 con.初中級		12:30~14:15 吉川 バレエ初級 ポアントあり ※5		12:15~13:45 中島 バレエ初級	12:30~14:00 今間 バレエ基礎~初級	12:30~14:15 箱田 バレエ 基礎~初級 ♪	12:30~14:00 池田 con. 初級	13:00~14:45 井神 バレエ初中級 ♪	
15			14:15~15:45 中島 バレエ初級			13:30~15:00 並河 バレエ初級			14:00~15:45 井神 バレエ基礎	14:00~14:30 今間 ショートポアント 基礎※4				
16	14:45~16:15 並河 バレエ初級	14:45~16:00 箱田 バレエ ポアントベージュ			14:45~16:15 吉川 バレエ やさしい基礎 (初心者向けクラス)	5/17より新クラス 15:05~15:50 並河 ショートポアント 初級※1	14:30~16:15 佐藤 崇有貴 バレエ初中級				14:30~16:30 新上 ジャズ初中級		14:50~16:20 井神 ポアント初級 ♪	
17	16:30~18:15 新上 ジャズ中級		16:00~17:30 井神 バレエ初級			16:20~16:50 吉川 ショートポアント 入門※1	16:30~18:15 加賀谷 con.		16:15~18:00 二見 con.初中級			15:15~17:00 加賀谷 con.超初級		16:30~18:15 大真 ジャズ初級
18			17:35~18:05 井神 ショートポアント 初級※1						17:15~18:45 田保 con.初級			17:20~18:50 箱田 バレエ オリジナル	17:00~18:45 箱田 バレエ基礎 ♪	18:50~19:35 箱田 ショートポアント 基礎 初級 ※1
19		18:45~20:15 青山 バレエ初級 (女性限定)	18:45~20:15 中島 バレエ初中級	18:45~20:20 柳本 con.	18:45~20:15 小林 由明 バレエ初級	18:30~20:15 加賀谷 con.	18:45~20:15 青山 バレエ初級 (女性限定)	18:50~20:20 浜手 ジャズ初級	18:30~20:00 宝満 Con. レベルフリー	18:45~20:15 岡部 バレエ基礎~初級 (ポアントあり)	18:00~ ワークショップ			
20	19:30~21:15 二見 con.初中級											19:00~20:45 佐藤洋介 ジャズ初級	19:00~21:00 新上 ジャズ初中級	
21		20:30~22:00 井神 バレエ基礎	20:30~22:00 菅野 バレエ レベルフリー	20:30~22:15 箱田 バレエ基礎 (ポアントあり) ※7	20:30~22:00 中島 バレエ初級		20:30~22:15 井神 バレエ初級 (ポアントあり)	20:25~21:10 青山 ショートポアント 初級※1	20:15~22:00 新上 ジャズ初中級	20:30~22:00 箱田 バレエ初級				
22														

補足事項

HPやSNSで最新の情報をご確認いただきますようお願い申し上げます。
バレエクラスで♪マークのあるクラスはピアノの演奏がござい ます。それ以外のバレエクラスは CDを使用したクラスとなります。

1 **ショートポイントクラス**は、その前のバレエクラスを受講された方のみ
続けるのご受講が可能です。
ショートポイントクラス単発でのご受講はできません。ご了承下さい。
レッスン時間によって料金が異なります。
(45分クラス 1,300円 / 30分クラス 1,100円)

2 **高部尚子先生の金曜10:00～バレエ中上級クラス**は、センターレッスンより
ポイント受講が可能です。
バレエシューズの方も、ポイントの方も受講し易いお勧めクラスです。

3 **月曜日11:00～、小林由明先生のバレエ初中級クラス**は
ポイントを履いての受講が可能です。
バレエシューズの方、ポイントの方、どちらの方にもお勧めのクラスです。

4 **金曜日14:00～14:30 今間千佳子先生のショートポイント基礎クラス**は
一人一人ゆっくり丁寧に指導いたします。

12:30～14:00今間先生の基礎～初級クラスを受講された方は、1,100円で
ショートポイント基礎クラスをご受講いただけます。
(ショートポイントクラスのみのご受講はできません)

12:15～13:45 Aスタジオでの中島 周先生のバレエ初級クラスを
受講された方も、
1,100円で今間先生のショートポイント基礎クラスをご受講いただけます。

5 **木曜日12:30～吉川文子先生バレエ初級ポイントありクラス**は
・12:30～13:45 バレエシューズ
・13:45～14:15 ポイント
となります。

6 **月曜日12:00～13:30 松岡梨絵先生のバレエレベルフリークラス**は
月ごとに開講日が異なります。詳しいスケジュールにつきましては
お知らせをご覧ください。

7 **火曜日20:30～22:15 箱田あかね先生 バレエ基礎クラス(ポイントあり)**

～レッスン内容～
バーレッスン終了後、ポイントを履かれる方と履かない方と内容が異なります。

★バレエシューズでレッスンを受講される方(男性含む)
バーレッスン→センターレッスン(ストレッチ、アダージオ、
ピルエット、最後のジャンプまで行います。

★ポイントでレッスンを受講される方(途中まででも可)
ポイントはバーレッスン終了後、バレエシューズの方々が、ストレッチや
トレーニングをしている間にポイントを履いていただき
ポールドブラをしている時に同時にバーにてプリエから行います。
シューズの方々のピルエットからバーを離れ
センターでポイントで一緒の内容を行います。

※後半のポイントレッスンは、バレエシューズでのご参加も可能です。
ポイントに挑戦しようと思っている方には始めやすく、
バレエシューズの方にも充実して受講していただける内容です。

井神さゆり先生のバレエクラスは、全クラスを通してバーレッスンの時間を
45～50分程度と短くしますが、
バーレッスンでは身体を整える事に重きを置いて、センターレッスンでの
アンシェヌマンを充実させたクラスを行っていきます。