

5 MARCH

LESSON SCHEDULE JUNIOR

LESSON SCHEDULE SENIOR

| MON | TUE | WED | THU | FRI | SAT | SUN |
|---|-----|---|---------------------|--|--|--|
| | | | | 1 | 2 | 3 |
| | | | | GW 休み | | |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| GW 休み | | | 中級基礎 18:00~19:30 | ★ 上級基礎・シニア 19:00~20:30 ★ポアント 20:30~21:10 | ★ 無料体験会 呼吸を整えるクラス 13:30~14:00 床リリース(筋膜リリース) 14:15~15:15 | プレ 9:30~10:30 初級 10:45~12:00 中級・シニア 12:15~13:45 ★ポアント 13:45~14:25 発表会個別リハーサル 14:45~17:00 |
| 11 | ★ | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 上級 18:30~20:00 ★ポアント 20:00~20:40 | | ブレ 15:30~16:30 初級 17:00~18:15 中級 18:30~20:00 ★ポアント 20:00~20:40 | 中級基礎 18:00~19:30 | ★ 上級基礎・シニア 19:00~20:30 ★ポアント 20:30~21:10 | ★ | ブレ 親子バレエ 9:30~10:30 初級 10:45~12:00 中級・シニア 12:15~13:45 ★ポアント 13:45~14:25 多賀先生作品リハーサル 14:45~17:30 |
| 18 | ★ | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| 上級 18:30~20:00 ★ポアント 20:00~20:40 | | ブレ 15:30~16:30 初級 17:00~18:15 バドゥリハーサル 18:30~21:30 | 中級基礎 18:00~19:30 | ★ 上級基礎・シニア 19:00~20:30 ★ポアント 20:30~21:10 | ★ | 無料体験会 呼吸を整えるクラス 13:30~14:00 床リリース(筋膜リリース) 14:15~15:15 |
| 25 | ★ | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| 上級 18:30~20:00 ★ポアント 20:00~20:40 | | ブレ 15:30~16:30 初級 17:00~18:15 バドゥリハーサル 18:30~21:30 | 中級基礎 18:00~19:30 | ★ 上級基礎・シニア 19:00~20:30 ★ポアント 20:30~21:10 | ★ | コンテンポラリーレッスン 14:45~16:30 |
| | | | | | | 31 |
| | | | | | | ブレ 9:30~10:30 初級 10:45~12:00 中級・シニア 12:15~13:45 発表会リハーサル 14:00~17:00 @サロンオーさんにて |

| MON | TUE | WED | THU | FRI | SAT | SUN |
|-------|-----|-----|-----------------------------|---|--|---|
| | | | | 1 | 2 | 3 |
| | | | | GW 休み | | |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| GW 休み | | | シニア 19:45~21:15 ☆ポアント | ★ 朝シニア 整うクラス 11:00~12:10 上級基礎・シニア 19:00~20:30 ★ポアント 20:30~21:10 | ★ 無料体験会 呼吸を整えるクラス 13:30~14:00 床リリース(筋膜リリース) 14:15~15:15 | 中級・シニア 12:15~13:45 ★ポアント 13:45~14:25 |
| 11 | ★ | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| | | | シニア 19:45~21:15 | ★ 朝シニア 整うクラス 11:00~12:10 上級基礎・シニア 19:00~20:30 ★ポアント 20:30~21:10 | ★ | 中級・シニア 12:15~13:45 ★ポアント 13:45~14:25 |
| 18 | ★ | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| | | | シニア 19:45~21:15 ☆ポアント | ★ 朝シニア 整うクラス 11:00~12:10 上級基礎・シニア 19:00~20:30 ★ポアント 20:30~21:10 | ★ | 無料体験会 呼吸を整えるクラス 13:30~14:00 床リリース(筋膜リリース) 14:15~15:15 |
| 25 | ★ | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| | | | シニア 19:45~21:15 | ★ 朝シニア 整うクラス 11:00~12:10 上級基礎・シニア 19:00~20:30 ★ポアント 20:30~21:10 | ★ | 発表会リハーサル 14:00~17:00 @サロンオーさんにて |
| | | | | | | 31 |
| | | | | | | 中級・シニア 12:15~13:45 発表会リハーサル 14:00~17:00 @サロンオーさんにて |

★ プライベートレッスン
11:00~18:30 (内45分)

★ プライベートレッスン
11:00~18:30 (内45分)



HOME PAGE

