

studio TERU 円山校 5月 プラティス・バレエ・ジャイロキネシス (グループレッスン) スケジュール <studio1>

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat	
1	2	3	4	5	6	7	
	GW スペシャル アナトミープラティス『下肢編』 10:00~11:15 (75分) T 12 ◇子供バレエ◇ 15:30~・16:30~・17:40~ 19:10 ビギナーバレエ(90分) S 8	GW スペシャル アナトミープラティス『上肢編』 10:00~11:15 (75分) N 12 ◇バレエ・スペシャルレッスン◇ 13:00~15:00	GW スペシャル バレエスタンス 10:00~11:15 (75分) S 12 ◇子供バレエ◇ 13:00~・14:00~・15:10~ 16:40 ベーシックバレエ(90分) S 8	GW スペシャル ジャイロキネシス 10:00~11:15 (75分) A 12	10:00 アーク K 8 11:30 ベーシックバレエ(90分) S 8 ◇子供バレエ◇ 15:30~・16:30~・17:40~ 19:10 ビギナーバレエ(90分) S 8	10:00 ハーフローラー K 6 11:20 ベーシック K 6	
8	10:00 ビギナー T 6 ◇子供バレエ◇ 15:30~・16:30~・17:40~ 19:10 ビギナーバレエ(90分) S 8	10:00 ベーシック N 6 11:30 ベーシックバレエ(90分) S 8	10:00 ボール T 6 ◇子供バレエ◇ 15:30~・16:30~・17:40~ 19:10 ベーシックバレエ(90分) S 8	10:00 ベーシック A 6 11:20 ジャイロキネシス A 6 19:30 ベーシック T 6	10:00 ベーシック K 6 11:30 ベーシックバレエ(90分) S 8 ◇子供バレエ◇ 15:30~・16:30~・17:40~ 19:10 ビギナーバレエ(90分) S 8	10:00 アーク K 8 11:20 ハーフローラー K 6	
15	10:00 ハーフローラー T 6 ◇子供バレエ◇ 15:30~・16:30~・17:40~ 19:10 ビギナーバレエ(90分) S 8	10:00 レジスタンスバンド N 12 11:20 ビギナー N 6 14:30 ベーシックバレエ(90分) S 8 ◇バレエ・スペシャルレッスン◇ 17:00~19:00	10:00 ビギナー N 6 ◇子供バレエ◇ 15:30~・16:30~・17:40~ 19:10 ジャイロキネシス(45分) A 5 20:00 パーレッスン(45分) A 5	10:00 ジャイロキネシス A 6 11:20 ベーシック A 6 19:30 アーク T 8	10:00 ビギナー K 6 11:30 ベーシックバレエ(90分) S 8 ◇子供バレエ◇ 15:30~・16:30~・17:40~ 19:10 ビギナーバレエ(90分) S 8	10:00 ビギナー K 6 11:20 アーク K 8	
22	Sundayレッスン フロアバレエ 10:30~11:45 (75分) A 12 (定員5名さま) ◇子供バレエ◇ 15:30~・16:30~ 17:40~コンテンポラリー 19:10 ビギナーバレエ(90分) S 8	10:00 レジスタンスバンド T 12 ◇子供バレエ◇ 15:30~・16:30~ 17:40~コンテンポラリー 19:10 ビギナーバレエ(90分) S 8	10:00 リリース N 6 11:30 ベーシックバレエ(90分) S 8 ◇バレエ・チャレンジクラス◇ 17:00~18:30	10:00 アーク T 8 ◇子供バレエ◇ 15:30~・16:30~・17:40~ 19:10 ベーシックバレエ(90分) S 8	10:00 ベーシック A 6 11:20 ジャイロキネシス A 6 18:30 ビギナー T 6 19:45 レジスタンスバンド T 12	10:00 ハーフローラー K 6 11:30 ベーシックバレエ(90分) S 8	10:00 ベーシック K 6 11:20 ビギナー K 6
29	10:00 ボール T 6	10:00 ベーシック N 6 11:30 ベーシックバレエ(90分) S 8 ◇バレエ・スペシャルレッスン◇ 17:00~19:00					

※担当トレーナー T-塚本(テル) N-中村(ケイ) A-佐藤(アツコ) S-山本(セイラ) R-神田(ルミコ) K-工藤(アヤノ)
 ※右端の数字は、各レッスンに必要なポイント数になります。 ※時間の記載がないクラスはすべて60分です。 ※各クラスの定員は基本6名さまになります。
 ※プラティスグループクラス【基本クラス】⇒ベーシック(初級)・ビギナー(中級)【単価クラス】⇒赤字のクラス【プラスαクラス】⇒緑文字のクラス