

studio TERU 円山校 7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
					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 ピギナーバレエ(90分) S 8	10:00 ハーフローラー K 6 11:20 ベーシック K 6
3	4	5	6	7	8	9
	10:00 ピギナー T 6  ♡子供バレエ♡ 15:30～・16:30～・17:40～ 19:10 ピギナーバレエ(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	10:00 ハーフローラー 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 ジャイロキネシス A 6 11:20 ベーシック A 6  ♡子供バレエ♡ 15:30～・16:30～・17:40～ 19:30 ベーシック T 6	10:00 ピギナー 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 ピギナーバレエ(90分) S 8	10:00 アーク K 8 11:20 ハーフローラー K 6
10	11	12	13	14	15	16
Sundayレッスン ジャイロキネシス 10:30～11:45 (75分) A12 (定員5名さま)	10:00 ハーフローラー T 6  ♡子供バレエ♡ 15:30～・16:30～ ★17:40～コンテンポラリー 19:10 ピギナーバレエ(90分) S 8	10:00 レジスタンスバンド N 12 11:20 ピギナー 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 夏!!プラスαレッスン Bodymake&Shape+鍼 19:15～20:30 (75分) K12	10:00 ピギナー N 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  ♡子供バレエ♡ 15:30～・16:30～・17:40～ 19:30 アーク T 8	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  ♡子供バレエ♡ 15:30～・16:30～・17:40～ 19:10 ピギナーバレエ(90分) S 8	10:00 ボール K 6 11:20 アーク K 8
17	18	19	20	21	22	23
	祝日スペシャル 背面強化プラティス【背中】 10:00～11:15 (75分) T 12  ♡子供バレエ♡ 13:00～・14:00～・15:10～ 16:40 ピギナーバレエ(90分) S 8	10:00 ハーフローラー 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■ 17:00～19:00	10:00 ボール T 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  ♡子供バレエ♡ 15:30～・16:30～・17:40～ 19:30 ベーシック T 6	10:00 ボール 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 ピギナーバレエ(90分) S 8	10:00 ベーシック K 6 11:20 ピギナー K 6
24	25	26	27	28	29	30
	10:00 レジスタンスバンド T 12  ♡子供バレエ♡ 15:30～・16:30～・17:40～ 19:10 ピギナーバレエ(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  ◇バレエ・スペシャルレッスン◇ 17:00～19:00 夏!!プラスαレッスン Bodymake&Shape+鍼 19:15～20:30 (75分) K12	10:00 アーク N 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  ♡子供バレエ♡ 15:30～・16:30～・17:40～ 18:30 ピギナー T 6 19:45 レジスタンスバンド T 12	10:00 ベーシック K 6	10:00 ハーフローラー K 6 11:20 ベーシック K 6
31	※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)・ピギナー(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					