

studio TERU 円山校 9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
				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 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
4	5	6	7	8	9	10
Sundayレッスン ジャイロキネシス 10:30~11:45 (75分) A 12 (定員5名さま)	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 リリース N 6 11:30 ベーシックバレエ(90分) S 8 夏!!プラスαレッスン Bodymake&Shape+鍼 19:15~20:30 (75分) K 12	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 アーク T 8	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
11	12	13	14	15	16	17
	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 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 19:30 ハーフローラー T 6	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
18	19	20	21	22	23	24
	祝日スペシャル Healing 鍼 10:00~11:15 (75分) K 12 (定員6名さま) ♡子供バレエ♡ 13:00~・14:00~・15:10~ 16:40 ビギナーバレエ(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■ 17:00~18:30 夏!!プラスαレッスン Bodymake&Shape+鍼 19:15~20:30 (75分) K 12	10:00 アーク T 8 ♡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 ベーシック A 6 11:20 ジャイロキネシス A 6 19:30 ボール T 6	10:00 ハーフローラー K 6	
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~コンテンツポラリー 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 ◇バレエ・スペシャルレッスン◇ 17:00~19:00	10:00 ハーフローラー 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 18:30 ビギナー T 6 19:45 レジスタンスバンド T 12	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 ビギナーバレエ(90分) S 8	

※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7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