

● [本校] けやき通り校

※レッスン内容や時間帯、講師は変更となる場合がございます。
 ※バレエ個人レッスン・プライベートレッスン・セミプライベート
 レッスンを受講希望の方は、お問い合わせ・ご相談ください。

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|---------------------------------------|--------------------------|----------------------|-------------------------------|---------------------------------------|------------------------------------|-------------------------------|
| 10:00~11:00 ヨガ (オールジャンル) | 9:30~10:30 バレエストレッチ | 10:00~11:00 ピラティス | | 10:00~11:00 バレエピラティス | 10:30~11:40 バレエフリークラス | 10:30~11:30 強化クラス |
| 11:15~12:15 筋膜ムーブメント & 体幹トレーニング | 10:45~11:45 バレエ入門 | 11:15~12:15 美ボディ | | 11:15~12:15 バレエストレッチ | 12:00~13:00 ストレッチ & コアトレーニング | 11:30~12:00 ヴァリアシオン クラス |
| | | | | | 13:30~14:30 幼児科 | 12:05~12:35 ポワントクラス |
| | | | | | 14:45~16:00 児童科 | |
| 16:30~17:30 幼児科 | | | 16:30~17:30 子供のプレバレエ | 17:00~ 個人レッスン | 16:30~18:00 初等科 | |
| 17:45~19:15 初等科 (ポワント) | | | 17:45~18:45 ヴァリアシオン クラス | 18:00~19:15 児童科 | 18:15~19:45 高等科・専門科 | |
| 19:30~21:00 高等科・専門科 | 19:30~20:00 ポワントクラス | | 19:00~20:10 バレエフリークラス | 19:30~21:00 初等科・高等科・ 専門科 (ポワント) | | |
| | 20:30~21:40 バレエフリークラス | | | 21:00~22:00 ヴァリアシオン クラス | | |