

《レッスン・スケジュール》2024.4.1現在

	月	火	水	木	金
武蔵浦和 本部 スタジオA	16:30-17:45 KII 18:00-19:30 KI & Jr	10:00-11:30 ストレッチ&入門 16:30-17:45 KII 18:00-19:30 KI & Jr	17:50-19:20 KI 19:00-20:30 Jr	10:00-11:30 ストレッチ&入門 11:45-13:15 初中級 16:30-17:45 KII 18:00-19:15 KII & KI	16:30-17:45 KII 19:00-20:30 コンテ
武蔵浦和 本部 スタジオB		19:45-21:15 ストレッチ&入門	19:30-20:30 PB	15:30-16:15 AJ	15:30-16:15 AJ
その他 外部 スタジオ			浦和スタジオ 15:30-16:20 AE 16:30-17:45 KII		

	土	日
武蔵浦和 本部 スタジオA	09:00-10:15 KII 10:30-11:45 KII 12:00-13:30 KII & KI 13:45-16:00 Jr 19:00-20:30 初中級 20:45-21:45 初中級 Pointe	※シーズンにより変動あり
武蔵浦和 本部 スタジオB	09:30-10:15 AJ 10:30-11:15 AJ 11:20-12:10 AE 13:45-15:00 PB 15:15-16:45 ストレッチ&入門	09:15-10:00 AJ 10:15-11:00 AJ

【生徒】エンジェルE, J=3歳~未就学児

KII=小学1年~3, 4年生

KI=小学校高学年 Pointe B=ポワント初心者クラス

Jr=中学生以上

コンテ=コンテンポラリークラス

【一般】初中級=バーから始まりセンターまでの初中級クラス

初中級 Pointe=トウシューズの立ち方から始まるポワント入門クラス

ストレッチ&入門=フロアからのストレッチやシェイプアップエクササイズ、
基礎的なバーレッスンをを行う入門クラス