



# ～ 受講をお考えの方へ ～



このたびは、牧阿佐美バレエ団・橘バレエ学校公認 MAISON DE BALLET Minami-Aoyama(メゾン・ドゥ・バレエ南青山) **にご興味をお持ちいただきましてありがとうございます。**

- 当スタジオのクラスは、週に40以上の「レギュラー・クラス」と、各種の「特別クラス・ワークショップ」があり、どのクラスも、**会員様でもビジター様でも回数の制限なく受講していただくことができます。**
- 当スタジオのすべてのクラスは、牧阿佐美バレエ団の現役ダンサー、橘バレエ学校のベテラン講師、および新国立劇場バレエ団からのゲスト講師等が担当し、**指導力の高さ、お手本の美しさ、説明の丁寧さには大変定評がございます。**
- **クラスには、要予約のものと、予約不要のものがございます。** 予約不要のクラスをご受講の場合は、直接受付でお手続きください。要予約のクラスは、ご来館時、またはお電話(03-6418-4437)にて事前にお申し込みください。  
\* 定員制につき、ご希望に沿えない場合がございます。また、恐れ入りますが当日キャンセルについてはご受講料の100%を申し受けます。
- 一度ご入会いただきますと、**会員資格には期限がなく、また、更新料や設備費等のご負担もありません。** 会員様は、「プリペイドカード」に事前にチャージされることで、さらにお得に便利にご受講いただけます。  
\* プリペイドカードのチャージの期限は、金額にかかわらず3ヶ月です。期限内の追加チャージで残額ごと期限が3ヶ月更新されますので、無駄にすることがありません。
- **クラシック・バレエのクラス**のレベルは以下のとおりです(変更となる場合がございます)。

入門10回コース/ ストレッチ&入門	まったく初めての方、初めてのレベルからやり直したい方(未経験者の方) 火 18:45-20:15/木 10:45-12:15/日 13:45-15:15
基礎準備	入門コースを修了された方、またはほぼ初心者の方(経験3ヶ月程度~の方) 木 12:15-13:45
基礎	入門や基礎準備クラスの内容を理解し、次のステップを目指したい方(経験半年程度~の方) 月 18:45-20:15/火 20:15-21:45/水 15:00-16:30/木 14:00-15:30/金 18:40-20:10/土 12:00-13:30
基礎初級	基礎クラスの内容を習得され、初級クラスへのステップアップの準備をしたい方(経験1年程度~の方) 火 10:30-12:00/金 11:15-12:45/日 15:15-16:45
初級	基礎クラス程度の内容を習得され、次のステップを目指したい方(経験3年程度~の方) 月 20:15-21:45/火 13:15-14:45/水 20:10-21:40/木 18:40-20:10/金 14:00-15:30/土 16:30-18:00
初中級	初級クラス程度の内容を習得され、次のステップを目指したい方(経験5年程度~の方) 金 16:30-18:00
中級	初級クラスの内容を習得した方、舞台を目指してレッスンされる方(経験5年程度~の方) 月 16:15-17:45/水 18:40-20:10/金 20:10-21:40

- **トウシューズのクラス**には下記があります(変更となる場合がございます)。

まったく初めてのポアント・ インテンシブ10回コース	まったく初めて、またはほぼ初めてポアントを履かれる方のためのレクチャーを含むクラス 土 13:30-15:00
ポアント入門 10回コース	「まったく初めてのポアント・インテンシブ・コース」修了者または経験が浅い方のためのクラス 土 15:00-16:30
ショートポアント30	90分のフルのレッスン後、足馴染らしから短いセンターワークまで(ひとつ前のクラスからご受講ください) 月 17:45-18:15/火 11:45-12:15/金 18:00-18:30
バー&ポアント45	バーでの足馴染らし、甲出し、体軸の確認後、短いセンターワークまで (このクラスのみ参加される方は最初はバレエシューズでも可) 火 14:45-15:30
基礎レベルの バー&ポアント90	「ポアント入門コース」の内容を確認しながら少しずつ発展させていくクラス 月 14:30-16:00
バー&ポアント90	ポアント入門レベルを卒業し、基本的な訓練は継続しながらより踊りの要素のあるレッスンを経験されたい方 水 17:00-18:30/木 20:10-21:40
~作品に挑戦する~ バー&ポアント90	基本的な訓練は継続しながら、より作品を意識した内容を習得したい方 土曜日 18:00-19:30
基礎+プチポアント	90分フルのクラスレッスンの後半にポアントに履き替え、15分~20分程度ベーシックなポアントワーク (ポアントを履かれない方はそのままバレエシューズでご参加いただけます) 原則第1月 18:45-20:15

- その他、**各種ボディー・コンディショニング・ワークス**(ピラティス、ジャイロキネシス、バーアスティエなど)、**体幹を意識しながら行うバレエ**(コアコンディショニング・バレエ)、作品を踊る**ヴァリエーション・クラス**、男性と組んで踊る**アダージオクラス**など、多彩なクラスがございます。

皆様のバレエライフが一層輝きますよう、講師・スタッフとも心を込めてお手伝いさせていただきます。  
ご質問や、クラス選びに迷われた際は、どうぞご遠慮なく事務局までお問合せください。

ご来館を心よりお待ちしております。  
MAISON DE BALLET Minami-Aoyama (メゾン・ドゥ・バレエ南青山)  
住所: 〒107-0062 東京都港区南青山4-25-12 OXY HORIBE ビルB1  
URL: <http://mbma.jp/> TEL: 03-6418-4437 Email: [contact@mbma.jp](mailto:contact@mbma.jp)

