

各週スケジュール (担当予定表)

♪印はピアノ伴奏付きのクラスです。

[ご予約はこちら](#)

<2018.9.24~2018.9.30>

	9/24 (月・祝)	9/25 (火)	9/26 (水)	9/27 (木)	9/28 (金)	9/29 (土)	9/30 (日)
10:00							
10:15							
10:30							
10:45		(開館 9:45) 10:15-11:45 基礎初級 (横山 薫)		(開館 10:15) 予約制 初心者OK 10:45-12:15 入門コース 1回目/10回 ♪ネット予約はこちら▶ (横山 薫)			
11:00							(開館 10:30) 予約制 定期ワークショップ 初心者OK 11:00-12:15 ジャズ伴奏入門 ♪ネット予約はこちら▶ (新野 亜矢)
11:15							
11:30	(開館 10:30) 祝日特別 11:00-12:30 基礎 (寺門 希和)				(開館 10:45) 11:15-12:45 基礎初級 (小橋 美矢子)		
11:45		11:45-12:15 ヨガ・バレエ 30 (横山 薫)					
12:00						(開館 11:30) 土曜特別 12:00-13:30 基礎初級 (諸星 静子)	
12:15							
12:30	祝日特別 12:30-14:00 【苦手克服】 身体の方角、顔の 付け方とボール・ ド・ブレイ① ♪ネット予約はこちら▶ (寺門 希和)	初心者OK 12:15-13:15 ピラティス (柴田 亜美)		12:15-13:45 基礎準備 (横山 薫)	12:45-13:15 ヨガ・バレエ 30 (小橋 美矢子)		定期ワークショップ 12:25-13:40 アタ・ジャズ・バレエ (新野 亜矢) (閉館 17:45)
12:45							
13:00							
13:15							
13:30			(開館 12:30) 13:00-15:00 ～基礎の基礎を 徹底的に～ ザ・バーシック・バレエ I 120 (宮浦 久美子)		初心者OK 13:15-14:15 ピラティス (平尾 千英)		
13:45		13:15-14:45 初級 (橋本 尚美)				土曜特別 13:30-15:00 基礎レベルの バレエ・バレエ 90 (諸星 静子) (閉館 15:30)	
14:00							
14:15							
14:30							
14:45	祝日特別 14:10-15:40 基礎初級 (諸星 静子)	14:45-15:30 バレエ・バレエ 45 (橋本 尚美)		14:00-15:30 基礎 (館野 若葉)	14:15-15:45 初級 (長谷川 修子)		
15:00							
15:15							
15:30			15:00-16:30 基礎初級 (鈴木 規緒美)				
15:45							
16:00							
16:15	祝日特別 15:40-17:10 バレエ・バレエ 90 (諸星 静子) (閉館 17:40)						
16:30			16:30-17:00 ヨガ・バレエ 30 (鈴木 規緒美)				
16:45		橋バレエ校		橋バレエ学校			
17:00						休講 16:30-18:00 初中級	
17:15							
17:30							
17:45			17:00-18:30 バレエ・バレエ 90 (笠井 裕子)				
18:00						休講 18:00-18:30 ヨガ・バレエ 30	
18:15							
18:30							
18:45							
19:00							
19:15		予約制 初心者OK 18:45-20:15 入門コース 2回目/10回 ♪ネット予約はこちら▶ (茂田 絵美子)	18:40-20:10 中級 (笠井 裕子)				
19:30							
19:45							
20:00							
20:15							
20:30							
20:45		20:15-21:45 基礎 (茂田 絵美子) (閉館 22:15)	20:10-21:40 初中級 (石田 亮一) (閉館 22:10)	時間講師変更 19:00-20:30 初級 (金澤 千稻)			
21:00							
21:15							
21:30							
21:45						21:30-22:00 ヨガ・バレエ 30 (志賀 三佐枝) (閉館 22:30)	

* 牧阿佐美バレエ団本公演日のため通常のクラスはお休みとなりますのでご注意ください。

* 牧阿佐美バレエ団本公演日のため通常のクラスはお休みとなりますのでご注意ください。

[ご予約はこちら](#)

	10/1 (月)	10/2 (火)	10/3 (水)	10/4 (木)	10/5 (金)	10/6 (土)	10/7 (日)
10:00							
10:15							
10:30							
10:45		(開館 9:45) 10:15-11:45 基礎初級 (横山 薫)		(開館 10:15) 予約制 初心者OK 10:45-12:15 入門コース 3回目/10回 ☑ ネット予約はこちら▶ (横山 薫)			
11:00							
11:15							
11:30							
11:45		11:45-12:15 ヨガ・ホットヨガ 30 (横山 薫)			(開館 10:45) 代講 11:15-12:45 基礎初級 (土田 さと子)		
12:00							
12:15	(開館 11:15) 11:45-13:25 ヨガ・ホットヨガ・バレエ (土田 さと子)	初心者OK 12:15-13:15 ピラティス (柴田 亜美)					
12:30				12:15-13:45 基礎準備 (横山 薫)	代講 12:45-13:15 ヨガ・ホットヨガ 30 (土田 さと子)	(開館 11:30) 12:00-13:30 基礎 (三宅 里奈)	
12:45							
13:00							
13:15							
13:30	予約制 初心者OK 13:30-14:30 15分単位 プライベート・レッスン ☑ ネット予約はこちら▶ (土田 さと子)	13:15-14:45 初級 (橋本 尚美)	(開館 12:30) 13:00-15:00 ~基礎の基礎を徹底的に~ ヨガ・バーシック・バレエ 120 (宮浦 久美子)		初心者OK 13:15-14:15 ピラティス (平尾 千英)		
13:45							
14:00						予約制 13:30-15:00 初めてホットヨガコース 8回目/10回 ☑ ネット予約はこちら▶ (諸星 静子)	(開館 13:15) 初心者OK 13:45-15:15 ストレッチ&入門 (塩澤 奈々)
14:15				14:00-15:30 基礎 (館野 若葉)			
14:30							
14:30	14:30-16:00 基礎バレエの バー&ホットヨガ 90 (金澤 千稲)	14:45-15:30 バー&ホットヨガ 45 (橋本 尚美)			平日特別 14:20-16:20 初級ヨガ 120 (福井 美弥子)		
14:45							
15:00							
15:15						予約制 15:00-16:30 ホットヨガ入門コース 8回目/10回 ☑ ネット予約はこちら▶ (諸星 静子)	
15:30							
15:45			代講 15:00-16:30 基礎初級 (金澤 千稲)				15:15-16:45 基礎初級 (塩澤 奈々)
16:00							
16:15							
16:30			代講 16:30-17:00 ヨガ・ホットヨガ 30 (金澤 千稲)				
16:45	16:15-17:45 中級 (志賀 三佐枝)	橋バレエ学校		橋バレエ学校			16:45-17:15 ヨガ・ホットヨガ 30 (塩澤 奈々) (閉館 17:45)
17:00					16:30-18:00 初中級 (坂西 麻美)	16:30-18:00 初級 (青山 季可)	
17:15							
17:30							
17:45	17:45-18:15 ヨガ・ホットヨガ 30 (志賀 三佐枝)		17:00-18:30 バー&ホットヨガ 90 (笠井 裕子)				
18:00					18:00-18:30 ヨガ・ホットヨガ 30 (坂西 麻美)		
18:15	休講 18:15-18:45 バレエストレッチ					18:00-19:30 バー&ウエアリーション 90 (バレエシューズ可) (青山 季可) (閉館 20:00)	
18:30		予約制 初心者OK 18:45-20:15 入門コース 3回目/10回 ☑ ネット予約はこちら▶ (奥田 さやか)	18:40-20:10 中級 (笠井 裕子)	18:40-20:10 初級 (三宅 里奈)	18:30-20:00 基礎 (カリコリー・バリク)		
18:45							
19:00	代講 18:45-20:15 基礎+ホットヨガ (バレエシューズ可) (諸星 静子)						
19:15							
19:30							
19:45							
20:00							
20:15							
20:30	20:15-21:45 基礎初級 (諸星 静子) (閉館 22:15)	20:15-21:45 基礎 (奥田 さやか) (閉館 22:15)	20:10-21:40 初中級 (逸見 智彦) (閉館 22:10)	20:10-21:40 バー&ホットヨガ 90 (三宅 里奈) (閉館 22:10)	20:00-21:30 初級 (志賀 三佐枝)		
20:45							
21:00							
21:15							
21:30							
21:45					21:30-22:00 ヨガ・ホットヨガ 30 (志賀 三佐枝) (閉館 22:30)		

	10/8 (月・祝)	10/9 (火)	10/10 (水)	10/11 (木)	10/12 (金)	10/13 (土)	10/14 (日)
10:00					(開館 9:30) 予約制 初心者 OK		
10:15					10:00-11:00 Mama with Baby		
10:30					(お子様連れ参加 可能可入)		
10:45		(開館 9:45) 10:15-11:45 基礎初級 (横山 薫)		(開館 10:15) 予約制 初心者 OK 10:45-12:15 入門コース 4回目/10回 ☑ ネット予約はこちら・ (横山 薫)	☑ ネット予約はこちら・ (小橋 美矢子)	(開館 10:10) 予約制 土曜特別 10:40-11:55 バレエのための易しい ジャイロ特注 ☑ ネット予約はこちら・ (茂田 絵美子)	
11:00							
11:15	(開館 10:30) 祝日特別						(開館 10:15) 日曜特別
11:30	11:00-12:30 基礎 (寺門 希和)						10:45-12:15 初級 (横山 薫)
11:45		11:45-12:15 ショートポイント 30 (横山 薫)			11:15-12:45 基礎初級 (小橋 美矢子)		
12:00							
12:15							
12:30	祝日特別 12:30-14:00 【苦手克服】 身体の方角、顔の 付け方とポイント・ ド・アラ③ ☑ ネット予約はこちら・ (寺門 希和)	初心者 OK 12:15-13:15 ピラティス (柴田 亜美)				12:00-13:30 基礎 (茂田 絵美子)	予約制 定期ワークショップ 初心者 OK 12:25-13:40 アロマ・バレエ (バーンステイ入門) ☑ ネット予約はこちら・ (大滝 真由美)
12:45							
13:00							
13:15							
13:30		13:15-14:45 初級 (橋本 尚美)	(開館 12:30) 13:00-15:00 ～基礎の基礎 を 徹底的に～ ザ・ハード・シック・ バレエ 120 (宮浦 久美子)	12:15-13:45 基礎準備 (横山 薫)	初心者 OK 13:15-14:15 ピラティス (平尾 千英)	予約制 13:30-15:00 初めてポイントコース 9回目/10回 ☑ ネット予約はこちら・ (金澤 千稲)	初心者 OK 13:45-15:15 ストレッチ&入門 (岡本 麻由)
13:45							
14:00							
14:15							
14:30	祝日特別 14:10-15:40 基礎レベルの バー&ポイント 90 金澤 千稲	14:45-15:30 バー&ポイント 45 (橋本 尚美)		14:00-15:30 基礎 (館野 若葉)			
14:45							
15:00							
15:15							
15:30							
15:45	祝日特別 15:40-17:10 初中級に挑戦する クラス 金澤 千稲 (閉館 17:40)		15:00-16:30 基礎初級 (鈴木 規緒美)		平日特別 14:20-16:20 初級ロング 120 (福井 美弥子)	予約制 15:00-16:30 ポイント入門コース 9回目/10回 ☑ ネット予約はこちら・ (金澤 千稲)	15:15-16:45 基礎初級 (岡本 麻由)
16:00							
16:15							
16:30		橋バレエ学校	16:30-17:00 ショートポイント 30 (鈴木 規緒美)	橋バレエ学校			16:45-17:15 ショートポイント 30 (岡本 麻由) (閉館 17:45)
16:45							
17:00					16:30-18:00 初中級 (坂西 麻美)	16:30-18:00 初級 (保坂 アツシ)	
17:15							
17:30							
17:45			17:00-18:30 バー&ポイント 90 (笠井 裕子)				
18:00					18:00-18:30 ショートポイント 30 (坂西 麻美)	予約制 土曜特別 18:10-19:40 バドミントン入門 ☑ ネット予約はこちら・ (保坂 アツシ) (閉館 20:10)	
18:15							
18:30							
18:45							
19:00		予約制 初心者 OK 18:45-20:15 入門コース 4回目/10回 ☑ ネット予約はこちら・ (奥田 さやか)	18:40-20:10 中級 (笠井 裕子)	18:40-20:10 初級 (三宅 里奈)	18:30-20:00 基礎 (カリコリー・バリコ) (閉館 20:30)		
19:15							
19:30							
19:45							
20:00							
20:15							
20:30		20:15-21:45 基礎 (奥田 さやか) (閉館 22:15)	20:10-21:40 初中級 (石田 亮一) (閉館 22:10)	20:10-21:40 バー&ポイント 90 (三宅 里奈) (閉館 22:10)	休講 20:00-21:30 初級		
20:45							
21:00							
21:15							
21:30							
21:45					休講 21:30-22:00 ショートポイント 30		

<2018.10.15~2018.10.21>

	10/15 (月)	10/16 (火)	10/17 (水)	10/18 (木)	10/19 (金)	10/20 (土)	10/21 (日)
10:00							
10:15							
10:30							
10:45		(開館 9:45) 10:15-11:45 基礎初級 (横山 薫)		(開館 10:15) 予約制 初心者OK 10:45-12:15 入門コース 1回目/10回 月期補講① ☑ ネット予約はこちら▶ (横山 薫)			
11:00							(開館 10:30) 予約制 定期ワークショップ 初心者OK 11:00-12:15 ジャイロキッズ入門 ☑ ネット予約はこちら▶ (新野 亜矢)
11:15							
11:30							
11:45		11:45-12:15 ショートポイント 30 (横山 薫)			(開館 10:45) 11:15-12:45 基礎初級 (小橋 美矢子)		
12:00	(開館 11:15) 11:45-13:25 アソビイコング・ バレエ (土田 さと子)						
12:15		初心者OK 12:15-13:15 ピラティス (柴田 亜美)				(開館 11:30) 12:00-13:30 基礎 (三宅 里奈)	
12:30				12:15-13:45 基礎準備 (横山 薫)	12:45-13:15 ショートポイント 30 (小橋 美矢子)		定期ワークショップ 12:25-13:40 アソビイコング・バレエ (新野 亜矢)
12:45							
13:00					初心者OK 13:15-14:15 ピラティス (平尾 千英)		
13:15							
13:30	予約制 初心者OK 13:30-14:30 15分単位 プライベート・レッスン ☑ ネット予約はこちら▶ (土田 さと子)	13:15-14:45 初級 (橋本 尚美)	(開館 12:30) 13:00-15:00 ~基礎の基礎を 徹底的に~ ザ・バレエ・ソック・バレエ I 120 (宮浦 久美子)				
13:45						予約制 13:30-15:00 初めてポイントコース 10回目/10回 ☑ ネット予約はこちら▶ (金澤 千稻)	
14:00				14:00-15:30 基礎 (館野 若葉)	14:15-15:45 初級 (長谷川 修子)		初心者OK 13:45-15:15 ストレッチ&入門 (岡本 麻由)
14:15							
14:30							
14:45	14:30-16:00 基礎レベルの バレエ&ポイント 90 (金澤 千稻)	14:45-15:30 バレエ&ポイント 45 (橋本 尚美)					
15:00						予約制 15:00-16:30 ポイント入門コース 10回目/10回 ☑ ネット予約はこちら▶ (金澤 千稻)	
15:15							
15:30			15:00-16:30 基礎初級 (諸星 静子)		15:45-16:30 ショートポイント 45 (バレエシューズ可) (長谷川 修子)		15:15-16:45 基礎初級 (岡本 麻由)
15:45							
16:00							
16:15							
16:30							
16:45	16:15-17:45 中級 (諸星 静子)	橘バレエ学校	16:30-17:00 ショートポイント 30 (諸星 静子)	橘バレエ学校			16:45-17:15 ショートポイント 30 (岡本 麻由) (閉館 17:45)
17:00					16:30-18:00 初中級 (坂西 麻美)	16:30-18:00 初級 (茂田 絵美子)	
17:15							
17:30							
17:45	17:45-18:15 ショートポイント 30 (諸星 静子)		17:00-18:30 バレエ&ポイント 90 (坂西 麻美)				
18:00					18:00-18:30 ショートポイント 30 (坂西 麻美)	18:00-19:30 バレエ&ポイント 90 (バレエシューズ可) (茂田 絵美子) (閉館 20:00)	
18:15	初心者OK 18:15-18:45 バレエストレッチ (寺門 希和)						
18:30					18:30-20:00 基礎 (ガリダリー・バリフ)		
18:45		予約制 初心者OK 18:45-20:15 基礎+ポイント 入門コース 5回目/10回 ☑ ネット予約はこちら▶ (茂田 絵美子)	18:40-20:10 中級 (坂西 麻美)	18:40-20:10 初級 (茂田 絵美子)			
19:00							
19:15	18:45-20:15 基礎+ポイント (バレエシューズ可) (寺門 希和)						
19:30							
19:45							
20:00							
20:15							
20:30	20:15-21:45 基礎初級 (横山 薫) (閉館 22:15)	20:15-21:45 基礎 (茂田 絵美子) (閉館 22:15)	20:10-21:40 初中級 (逸見 智彦) (閉館 22:10)	20:10-21:40 ポイント (茂田 絵美子) (閉館 22:10)	20:00-21:30 初級 (志賀 三佐枝)		
20:45							
21:00							
21:15							
21:30					21:30-22:00 ショートポイント 30 (志賀 三佐枝) (閉館 22:30)		
21:45							

[ご予約はこちら](#)

<2018.10.22~2018.10.28>

	10/22 (月)	10/23 (火)	10/24 (水)	10/25 (木)	10/26 (金)	10/27 (土)	10/28 (日)
10:00							
10:15							
10:30							
10:45		(開館 9:45) 10:15-11:45 基礎初級 (横山 薫)		(開館 10:15) 予約制 初心者OK 10:45-12:15 入門コース 1回目/10回 月期補講① ☑ ネット予約はこちら▶ (横山 薫)		(開館 10:10) 予約制 土曜特別 10:40-11:55 バレエのための易しいジャイゼツ入 ☑ ネット予約はこちら▶ (茂田 絵美子)	(開館 10:15) 日曜特別 10:45-12:15 初級 (横山 薫)
11:00							
11:15							
11:30					(開館 10:45) 11:15-12:45 基礎初級 (小橋 美矢子)		
11:45		11:45-12:15 ショートアクト 30 (横山 薫)					
12:00	(開館 11:15) 11:45-13:25 JPOPダンス・ バレエ (土田 さと子)						
12:15		初心者OK 12:15-13:15 ピラティス (柴田 亜美)					
12:30							
12:45				12:15-13:45 基礎準備 (横山 薫)	12:45-13:15 ショートアクト 30 (小橋 美矢子)	12:00-13:30 基礎 (茂田 絵美子)	日曜特別 12:15-13:45 【基礎回転系集中 1】 ピロエット・アクトウォール ② ☑ ネット予約はこちら▶ (横山 薫)
13:00							
13:15							
13:30	予約制 初心者OK 13:30-14:30 15分単位 プライベート・レッスン ☑ ネット予約はこちら▶ (土田 さと子)	13:15-14:45 初級 (橋本 尚美)	(開館 12:30) 13:00-15:00 ～基礎の基礎を 徹底的に～ ザ・バーシク・バレ I 120 (宮浦 久美子)		初心者OK 13:15-14:15 ピラティス (平尾 千英)	予約制 13:30-15:00 初めてのアクトコース 継続(1) 1回目/10回 ☑ ネット予約はこちら▶ (諸星 静子)	
13:45							
14:00							
14:15				14:00-15:30 基礎 (館野 若葉)			初心者OK 13:45-15:15 ストレッチ&入門 (塩澤 奈々)
14:30							
14:45							
15:00	14:30-16:00 基礎バレエの バー&アクト 90 (金澤 千稲)	14:45-15:30 バー&アクト 45 (橋本 尚美)					
15:15							
15:30							
15:45							
16:00			15:00-16:30 基礎初級 (鈴木 規緒美)				
16:15							
16:30							
16:45	16:15-17:45 中級 (諸星 静子)	橋バレエ学校	16:30-17:00 ショートアクト 30 (鈴木 規緒美)	橋バレエ学校			
17:00							
17:15							
17:30							
17:45	17:45-18:15 ショートアクト 30 (諸星 静子)						
18:00							
18:15	初心者OK 18:15-18:45 バレエストレッチ (寺門 希和)						
18:30							
18:45							
19:00	18:45-20:15 基礎 (バレエシューズ可) (寺門 希和)	予約制 初心者OK 18:45-20:15 入門コース 6回目/10回 ☑ ネット予約はこちら▶ (茂田 絵美子)	18:40-20:10 中級 (笠井 裕子)	18:40-20:10 初級 (三宅 里奈)	18:30-20:00 基礎 (グリグリ-バリフ)	18:00-19:30 バー&アクト 90 (バレエシューズ可) (青山 季可) (閉館 20:00)	
19:15							
19:30							
19:45							
20:00							
20:15							
20:30	20:15-21:45 基礎初級 (諸星 静子) (閉館 22:15)	20:15-21:45 基礎 (茂田 絵美子) (閉館 22:15)	20:10-21:40 初中級 (石田 亮一) (閉館 22:10)	20:10-21:40 バー&アクト 90 (三宅 里奈) (閉館 22:10)	20:00-21:30 初級 (志賀 三佐枝)		
20:45							
21:00							
21:15							
21:30							
21:45					21:30-22:00 ショートアクト 30 (志賀 三佐枝) (閉館 22:30)		

[ご予約はこちら](#)