

### 【横浜スタジオ】

レッスンスケジュール  
(2023年8月～)

|   | 大人                        | エンジェル       | プレジュニア                | Jr I        | Jr II・III   |
|---|---------------------------|-------------|-----------------------|-------------|-------------|
| 月 | 初級<br>18:50～20:10         |             | 17:00～18:00           | 17:00～18:20 | 18:50～20:10 |
|   | 20:10～ポアント                |             |                       | 18:20～強化    | 20:10～ポアント  |
|   | 20:10～ポアント                |             |                       |             | 20:45～特別指導  |
| 水 | 初級<br>18:45～20:05         | 16:00～16:45 | 16:00～17:15<br>途中休憩あり | 17:00～18:15 | 18:45～20:05 |
|   | 20:05～ポアント                |             |                       | 18:20～強化    | 20:05～ポアント  |
|   | 20:05～ポアント                |             |                       |             | 20:40～特別指導  |
| 木 | 美・スタイルバレエ<br>10:30～11:50  |             | 16:30～17:30           | 16:30～17:45 | ヴァリエーション    |
|   | ポアント&ストレッチ<br>12:10～12:40 |             |                       | ヴァリエーション    | 17:45～19:05 |
|   | ポアント&ストレッチ<br>12:10～12:40 |             |                       | 17:45～19:05 | コンテンポラリー    |
| 土 | 美・スタイルバレエ<br>12:00～13:20  | 13:45～14:30 | 13:45～14:45           | 14:50～16:05 |             |
|   | ※スケジュール要確認                |             |                       | 16:05～強化    |             |
|   |                           |             |                       |             |             |
| 日 | 美・スタイルバレエ<br>12:00～13:20  |             |                       |             | 14:00～15:20 |
|   | 13:20～美ストレッチ              |             |                       |             | 15:20～ポアント  |
|   | 初級<br>14:00～15:20         |             |                       |             | 16:00～特別指導  |
|   |                           |             |                       |             |             |

エンジェル 幼児～小学2年位まで  
 プレジュニア 小学1・2年位  
 ジュニアⅠ 小学3・4年位  
 ジュニアⅡ 小学生トウシューズ対象  
 ジュニアⅢ 小学校高学年～中高生以上

ポアント トウシューズ/プレトウシューズクラス  
 コンテンポラリー 型にはまらない自由な表現やクラシックバレエに役立つ大きな体の使い方を学びます  
 美・スタイルバレエ 楽しみながら、バレエの基本を通して美姿勢、スタイル矯正