

両国スタジオ

2019年1月～

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|-------|--|--------------------------------------|--|--|--|--|--|
| 8:30 | | | | | | 8:30～9:20 エンジェルB 講師:渡辺梨羅 | |
| 9:00 | | | | | | | |
| 9:30 | | | | | | 9:30～10:20 エンジェルB 講師:内野楓 | 9:30～11:00 バレエ一般 |
| 10:00 | | | | | | | |
| 10:30 | 10:30～12:00 プロクラス | | 10:30～12:00 バレエ一般 講師:浅田良和 | | | 10:30～11:40 エンジェルA 講師:内野楓 | 11:00～11:30 ポワント |
| 11:00 | | 11:00～12:00 ピラティス (第二・四週日) | | | | | |
| 11:30 | | | | | | | |
| 12:00 | | 12:15～13:45 バレエ一般 基礎クラス 講師:内野楓 | | | | 11:45～13:05 ジュニアC 講師:内野楓 | 11:45～12:45 ピラティス・ヨガ ジャイロ など |
| 12:30 | | 13:45～14:15 ポワント | | | | | |
| 13:00 | | | | | | 13:10～14:40 ジュニアB (ポワント) 講師:副智美 | 13:00～14:45 プロフェッショナルクラス (小4以上) |
| 13:30 | | | | | | | |
| 14:00 | | | | | | | |
| 14:30 | | | | | 14:30～16:00 バレエ一般 講師:副智美 | 14:45～16:15 ジュニアS・A 講師:副智美 | 14:45～16:45 コンクールレッスン |
| 15:00 | | 15:15～15:45 親子リトミックバレエ 講師:内野楓 | 14:45～15:35 エンジェルB 講師:菅原桃子 | | 16:00～16:30 バレエ・ポワント | | |
| 15:30 | | | 15:45～16:45 個人レッスン | 15:45～16:45 個人レッスン | | | |
| 16:00 | | 16:00～17:10 エンジェルA 講師:副智美 | | | | 16:20～17:50 シニアA・シニアB ポワント 講師:副智美 | |
| 16:30 | 16:30～17:50 ジュニアC 講師:副智美 | | 17:00～18:20 ボイス 講師:浅田良和 | 17:00～18:30 ジュニアB・ジュニアC 講師:内野楓 | 17:00～18:30 ジュニアB 講師:副智美 | | |
| 17:00 | | 17:15～18:45 ジュニア選抜クラスA | 18:20～18:50 コンクールレッスン | | | | 17:00～ 特別クラス キャラクター コンテントポラリー 個人レッスン など |
| 17:30 | | | 19:00～20:30 シニアB・シニアA ジュニアS 講師:浅田良和 | 18:30～ ジュニアA以上 (レパートリー・バレエ・ポワント) 講師:内野楓 | 18:30～20:00 ジュニアA (ポワント) 講師:副智美 | 18:15～19:15 プレコン コンクールレッスン | |
| 18:00 | 18:00～19:30 ジュニアS (ポワント) 講師:副智美 | | | | | | |
| 18:30 | | 18:45～ コンクールレッスン | | 20:10～ コンテントポラリー ジャズ (中学生以上) | 20:00～21:30 シニアB・シニアA ジュニアS | 19:15～ 特別クラス バドドックラス 個人レッスン など | |
| 19:00 | | | | | | | |
| 19:30 | 19:40～21:10 シニアB・シニアA | | 20:30～ コンクールレッスン | | | | |
| 20:00 | | | | | | | |
| 20:30 | | | | | | | |
| 21:00 | | | | | | | |
| 21:30 | | | | | | | |
| 22:00 | | | | | | | |

向島スタジオ

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|-------|---------------------------------|-------------------------------------|--|--------------------------------------|--|----------------------------------|---------------------------------------|
| 9:00 | | | | | | | 9:30～10:20 エンジェルB 講師:内野楓 |
| 9:30 | | | | | | | |
| 10:00 | | | | | | 10:00～11:30 バレエ一般 講師:浅田良和 | 10:30～11:40 エンジェルA 講師:内野楓 |
| 10:30 | | | | | | | |
| 11:00 | | | | 11:00～12:30 バレエ一般 講師:並河会里 | | 11:45～12:45 個人レッスン | 11:45～13:05 ジュニアC 講師:内野楓 |
| 11:30 | | | | 12:30～13:00 ポワント | | | |
| 12:00 | | | | | | | 13:15～14:15 ストレッチ ボディコンディショニング |
| 12:30 | | | | | 13:00～14:00 たばる鍼灸整骨院 主宰 50才からの 脳や身体の活性化体操 | 13:00～13:50 エンジェルB 講師:菅原桃子 | |
| 13:00 | | | | | | 14:00～15:10 エンジェルA 講師:菅原桃子 | 14:30～16:00 ジュニアA・ジュニアB 講師:菅原桃子 |
| 13:30 | | | 14:15～15:15 個人レッスン | | | | |
| 14:00 | | | | | | 15:15～16:15 個人レッスン | |
| 14:30 | | | | | 15:30～16:50 ジュニアC 講師:内野楓 | | 16:00～ プレコン コンクールレッスン |
| 15:00 | | 15:30～16:00 親子リトミックバレエ 講師:渡辺梨羅 | 15:30～16:50 ジュニアC 講師:副智美 | 16:30～17:40 エンジェルA 講師:菅原桃子 | 17:00～18:20 ジュニアC 講師:内野楓 | | |
| 15:30 | | 16:15～17:05 エンジェルB 講師:菅原桃子 | | 17:45～18:45 ストレッチ ボディコンディショニング | | | |
| 16:00 | | | 17:00～18:30 ジュニアB (ポワント) 講師:副智美 | | 18:30～19:30 プレコン 講師:内野楓 | | |
| 16:30 | | 17:15～18:45 ジュニア選抜クラスB | | | | | |
| 17:00 | | | 18:40～20:10 ジュニアA・ジュニアS 講師:副智美 | 18:45～20:15 プレコン 講師:菅原桃子 | | | |
| 17:30 | | | | | | | |
| 18:00 | 18:15～19:15 個人レッスン | | | | | | |
| 18:30 | | 18:45～20:15 コンクールレッスン 講師:菅原桃子 | | | | | |
| 19:00 | | 20:30～21:30 個人レッスン | | | | | |
| 19:30 | | | | | | | |
| 20:00 | 19:45～21:15 バレエ一般 講師:菅原桃子 | | | | 19:45～21:15 バレエ一般 講師:内野楓 | | |
| 20:30 | | | | | | | |
| 21:00 | | | | | | | |
| 21:30 | 21:15～21:45 ポワント | | | | | | |
| 22:00 | | | | | | | |