

両国スタジオ

2026年10月～

	月	火	水	木	金	土	日
8:30							
9:00							
9:30						9:00～9:50 エンジェルB 講師：定谷朋佳	9:00～10:30 シニアB・シニアA JS・JA・JB 講師：堀川七菜
10:00							10:30～11:00 ボウント
10:30			10:00～11:30 バレエ一般 講師：浅田良和		10:00～11:30 バレエ一般 講師：副智美	10:00～11:10 エンジェルA 講師：定谷朋佳	11:00～11:45 コンクールレッスン
11:00	10:30～12:00 フロクラス						11:45～12:45 ピラティス・ヨガ ジャイロなど
11:30		11:30～12:00 親子リトミックバレエ 講師：内野楓	11:30～12:00 ボウント		11:30～12:00 バリエーション・ボウント	11:20～12:40 ジュニアC 講師：副智美	
12:00							
12:30		12:30～14:00 バレエ一般 基礎クラス 講師：内野楓				12:50～14:20 ジュニアA 講師：副智美	13:00～14:45 プロフェッショナルクラス (小4以上選抜)
13:00							
13:30							
14:00		14:00～14:30 ボウント					
14:30							
15:00						14:30～16:00 シニアB・シニアA (ボウント) 講師：副智美	14:45～16:45 コンクールレッスン
15:30		15:15～16:05 エンジェルB 講師：内野楓	15:15～16:25 エンジェルA 講師：内野楓	16:00～17:20 ジュニアC 講師：内野楓		16:10～17:40 ジュニアB 講師：山内優奈	
16:00		16:15～17:35 ジュニアC 講師：副智美	16:30～18:00 ジュニアB 講師：内野楓		16:45～18:15 ジュニアB 講師：副智美	17:40～18:15 コンクールレッスン	17:00～18:30 特別クラス キャラクター コンテンポラリー など
16:30	16:30～18:00 ジュニアB 講師：副智美						
17:00		17:45～19:15 選抜クラス 講師：副智美	18:00～18:30 コンクールレッスン	17:30～19:00 ジュニアA 講師：内野楓		18:15～19:45 ジュニアS 講師：山内優奈	
17:30			18:30～20:00 シニアB・シニアA・JS 講師：浅田良和	19:00～19:30 コンクールレッスン	18:15～19:45 ジュニアS 講師：副智美		
18:00	18:00～19:00 コンクールレッスン			19:30～21:00 シニアB・シニアA・JS (コンテンポラリー・ジャズ)		19:45～20:15 ボウント	
18:30		19:15～21:15 コンクールレッスン	20:00～21:00 コンクールレッスン		19:45～21:15 シニアB・シニアA (ボウント) 講師：浅田良和	20:15～20:45 コンクールレッスン	
19:00							
19:30							
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							9:00～9:50 エンジェルB 講師：定谷朋佳
9:30							
10:00						10:00～11:30 バレエ一般 講師：浅田良和	10:00～11:10 エンジェルA 講師：定谷朋佳
10:30							
11:00				11:00～12:30 バレエ一般 講師：堀川七菜			11:15～12:35 ジュニアC 講師：定谷朋佳
11:30							12:35～13:00 コンクールレッスン
12:00				12:30～13:00 ボウント			
12:30							13:00～14:30 バレエ一般 講師：栗城実央
13:00			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				
13:30							
14:00							
14:30							
15:00							
15:30							
16:00	16:00～16:50 エンジェルB 講師：内野楓			16:00～17:10 エンジェルA 講師：定谷朋佳	16:15～17:35 ジュニアC 講師：内野楓	16:15～17:45 テーマパークダンス 講師：Sayaka	
16:30							
17:00	17:00～18:30 選抜クラス 講師：内野楓	17:30～18:30 トレーニングクラス 講師：堀川七菜	17:00～18:30 ジュニアA 講師：副智美	17:15～18:45 ジュニアB 講師：定谷朋佳	17:35～18:00 コンクールレッスン		
17:30							
18:00		18:30～20:00 コンクールレッスン	18:30～19:15 コンクールレッスン	18:45～19:15 コンクールレッスン	18:00～19:30 ジュニアA 講師：定谷朋佳		
18:30							
19:00			19:15～20:45 JB・JA・JS (コンテンポラリー) 講師：Kanon		19:30～20:00 ボウント		
19:30							
20:00	19:30～21:00 バレエ一般 講師：豊口翠里彩				20:00～20:30 コンクールレッスン		
20:30							
21:00	21:00～21:30 ボウント						
21:30							
22:00							