

両国スタジオ

2026年5月～

	月	火	水	木	金	土	日
8:30							
9:00						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
9:30							10:30～11:00 ボウト
10:00			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
10:30	10:30～12:00 プロクラス						11:45～12:45 ピラティス・ヨガ ジャイロなど
11:00		11:30～12:00 親子リトミックバレエ 講師：内野楓	11:30～12:00 ボウト		11:30～12:00 バリエーション・ボウト	11:20～12:40 ジュニアC 講師：副智美	
11:30							
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		14:00～14:30 ボウト					
13:30							
14:00						14:30～16:00 シニアB・シニアA (ボウト) 講師：副智美	14:45～16:45 コンクールレッスン
14:30							
15:00		15:30～16:20 エンジェルB 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	
15:30			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		17:00～18:30 特別クラス キャラクター コンテンボラリー など
16:00		16:30～17:40 エンジェルA 講師：内野楓		17:30～19:00 ジュニアA 講師：内野楓		17:40～18:15 コンクールレッスン	
16:30	16:30～18:00 ジュニアB 講師：副智美		18:00～18:30 コンクールレッスン		18:15～19:45 ジュニアS 講師：副智美	18:15～19:45 ジュニアS 講師：山内優奈	
17:00		17:45～19:15 選抜クラス 講師：副智美	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			
17:30				19:30～21:00 シニアB・シニアA・JS (コンテンボラリー・ジャズ)	19:45～21:15 シニアB・シニアA (ボウト) 講師：浅田良和	19:45～20:15 ボウト	
18:00	18:00～19:00 コンクールレッスン	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			20:15～20:45 コンクールレッスン	
18:30							
18:30							
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							10:00～11:10 エンジェルA 講師：定谷朋佳
10:00						10:00～11:30 バレエ一般 講師：浅田良和	11:15～12:35 ジュニアC 講師：定谷朋佳
10:30				11:00～12:30 バレエ一般 講師：堀川七菜			12:35～13:00 コンクールレッスン
11:00				12:30～13:00 ボウト			13:00～14:30 バレエ一般 講師：栗城実央
11:30							
12:00							
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							
13:30							
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	16:20～17:20 トレーニングクラス 講師：堀川七菜	15:45～17:05 ジュニアC 講師：副智美		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					17:35～18:00 コンクールレッスン		
17:00	17:00～18:10 エンジェルA 講師：内野楓	17:30～19:00 選抜クラス 講師：堀川七菜	17:15～18:45 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	18:00～19:30 ジュニアA 講師：定谷朋佳		
17:30			18:45～19:15 コンクールレッスン	18:45～19:15 コンクールレッスン	19:30～20:00 ボウト		
18:00					20:00～20:30 コンクールレッスン		
18:30							
18:30							
19:00		19:00～20:30 コンクールレッスン	19:15～20:45 JB・JA・JS (コンテンボラリー)				
19:30							
19:30	19:30～21:00 バレエ一般 講師：豊口愛里彩						
20:00							
20:30							
21:00	21:00～21:30 ボウト						
21:30							
22:00							