

2023年1月

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
26	27	28	29	30	31	1 定休日
2 定休日	3 定休日	4 定休日	5 定休日	6 定休日	7 9:00 キッズダンス入門(えり) 10:00 キッズダンス初級(えり) 11:00 ヒップホップ入門(えり) 12:00 ヒップホップ中級(えり) 13:15 キッズダンス 超入門(あやの) 14:15 キッズダンス 入門(あやの) 15:15 ジャズ 入門(あやの)	8 10:00 キッズダンス入門(翔太郎) 11:00 ヒップホップ入門(翔太郎) 12:00 ながフェス(翔太郎)
9 11:00 ながフェス(アツツン)	10 9:30 ピラティス 10:45 リラックスヨガ 15:00 キッズダンス入門(えみか) 16:00 ジャズ入門(えみか) 17:00 ジャズ初級(えみか) 18:00 ジャズ初中級(えみか)	11 9:00 美bodyヨガ 10:30 リトミック(45分) 16:00 キッズダンス初級(えり) 17:00 ヒップホップ入門(えり) 18:00 ヒップホップ初級(えり)	12 定休日	13 9:30 ピラティス 15:00 チア入門(えみか) 16:00 ヒップホップ入門(えみか)	14 9:00 キッズダンス入門(えり) 10:00 キッズダンス初級(えり) 11:00 ヒップホップ入門(えり) 12:00 ヒップホップ中級(えり) 13:15 キッズダンス 超入門(あやの) 14:15 キッズダンス 入門(あやの) 15:15 ジャズ 入門(あやの) 16:15 ながフェス(あやの)	15 ながフェス
16 9:30 やさしいヨガ 11:00 姿勢改善ヨガ 16:00 キッズダンス入門(アツツン) 17:00 ヒップホップ入門(アツツン)	17 9:30 ピラティス 10:45 リラックスヨガ 15:00 キッズダンス入門(えみか) 16:00 ジャズ入門(えみか) 17:00 ジャズ初級(えみか) 18:00 ジャズ初中級(えみか)	18 9:00 美bodyヨガ 10:30 リトミック(45分) 16:00 キッズダンス初級(えり) 17:00 ヒップホップ入門(えり) 18:00 ヒップホップ初級(えり)	19 定休日	20 9:30 ピラティス 15:00 チア入門(えみか) 16:00 ヒップホップ入門(えみか)	21 9:00 キッズダンス入門(えり) 10:00 キッズダンス初級(えり) 11:00 ヒップホップ入門(えり) 12:00 ヒップホップ中級(えり) 13:15 キッズダンス 超入門(あやの) 14:15 キッズダンス 入門(あやの) 15:15 ジャズ 入門(あやの)	22 10:00 キッズダンス入門(翔太郎) 11:00 ヒップホップ入門(翔太郎)
23 9:30 やさしいヨガ 11:00 姿勢改善ヨガ 16:00 キッズダンス入門(アツツン) 17:00 ヒップホップ入門(アツツン)	24 9:30 ピラティス 10:45 リラックスヨガ 15:00 キッズダンス入門(えみか) 16:00 ジャズ入門(えみか) 17:00 ジャズ初級(えみか) 18:00 ジャズ初中級(えみか)	25 9:00 美bodyヨガ 10:30 リトミック(45分) 16:00 キッズダンス初級(えり) 17:00 ヒップホップ入門(えり) 18:00 ヒップホップ初級(えり)	26 定休日	27 9:30 ピラティス 15:00 チア入門(えみか) 16:00 ヒップホップ入門(えみか)	28 13:15 キッズダンス 超入門(あやの) 14:15 キッズダンス 入門(あやの) 15:15 ジャズ 入門(あやの)	29 10:00 キッズダンス入門(翔太郎) 11:00 ヒップホップ入門(翔太郎)
30 9:30 やさしいヨガ 11:00 姿勢改善ヨガ 16:00 キッズダンス入門(アツツン) 17:00 ヒップホップ入門(アツツン)	31 9:30 ピラティス 10:45 リラックスヨガ 15:00 キッズダンス入門(えみか) 16:00 ジャズ入門(えみか) 17:00 ジャズ初級(えみか) 18:00 ジャズ初中級(えみか)	メモ ピンク=子ども向けレッスン(45分) 青=お子さまと一緒に (60分) 黒=大人向けレッスン (60分) 《子ども向けレッスン》 ・難易度：超入門→入門→初級→中級の順です。 ・未経験者はピンク色の超入門、入門のクラスがお勧めです。 ・場合により満員となっているクラスがあります。満員のクラスは体験レッスンのご予約、入会ができませんのでご了承ください。				