

# 2026年3月

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
23	24	25	26	27	28	1 9:00 キッズダンス(翔太郎) 9:55 ヒップホップ入門(翔太郎) 10:50 ヒップホップ初級(翔太郎) 11:45 ヒップホップ中級(翔太郎) 12:55 ジャズヒップホップ入門(ななえ) 13:50 ジャズヒップホップ初級(ななえ) 14:45 ジャズヒップホップ中級(ななえ) 15:40 イベントクラス(ななえ)
2 9:30 姿勢改善ヨガ 15:00 キッズダンス(なな) 15:55 ジャズ入門(なな) 16:50 ヒップホップ入門(アツツン) 17:45 ヒップホップ初級(アツツン) 18:40 ヒップホップ初中級(アツツン) 19:35 イベントクラス(まゆ)	3 9:30 ビラティス 10:45 リラックスヨガ 15:00 キッズダンス(みさき) 15:55 ジャズ入門(えみか&みさき) 16:50 ジャズ初級(えみか&なな) 17:45 ジャズ中級(えみか&なな) 18:40 ジャズ中級(えみか&なな)	4 9:30 呼吸を深めるヨガ 10:45 ダンスエクササイズ 15:00 キッズダンス(みゆ) 15:55 ヒップホップ入門(翔太郎)NEW! 16:50 ヒップホップ初級(翔太郎) 17:45 ヒップホップ初中級(翔太郎) 18:40 ヒップホップ中級(翔太郎)	5	6 9:30 ファシアピラティス 15:00 キッズダンス(えみか&リナコ) 15:55 ジャズヒップホップ入門(えみか&リナコ) 16:50 ヒップホップ入門(まゆ) 17:45 ヒップホップ初級(まゆ) 18:40 ヒップホップ中級(まゆ)	7 9:00 キッズダンス(ななえ) 9:55 ヒップホップ入門(ななえ) 10:50 ヒップホップ初級(ななえ) 11:45 ヒップホップ中級(ななえ) 12:40 ヒップホップ中級(ななえ) 13:50 キッズダンス(あやの) 14:45 キッズダンス(あやの) 15:40 ジャズ 入門(あやの) 16:35 ジャズ 初級(あやの) 17:30 ジャズ初中級(あやの)	8 ミニ発表会 9:00 キッズダンス(翔太郎) 9:55 ヒップホップ入門(翔太郎) 10:50 ヒップホップ初級(翔太郎) 11:45 ヒップホップ中級(翔太郎) 12:55 ジャズヒップホップ入門(ななえ) 13:50 ジャズヒップホップ初級(ななえ) 14:45 ジャズヒップホップ中級(ななえ) ※ミニ発表会が3/22に延期となった場合は、この日のレッスンがあります。
9 9:30 姿勢改善ヨガ 15:00 キッズダンス(なな) 15:55 ジャズ入門(なな) ※月3, 4, 5はお休みです	10 9:30 ビラティス 10:45 リラックスヨガ 15:55 ジャズ入門(えみか) 16:50 ジャズ初級(えみか&なな) 17:45 ジャズ中級(えみか&なな) 18:40 ジャズ中級(えみか&なな) ※火1はお休みです。	11 9:30 呼吸を深めるヨガ 10:45 ダンスエクササイズ 15:00 キッズダンス(みゆ) 16:50 ヒップホップ初級(翔太郎) 17:45 ヒップホップ初中級(翔太郎) 18:40 ヒップホップ中級(翔太郎)	12 定休日	13 9:30 ファシアピラティス 15:00 キッズダンス(えみか&リナコ) 15:55 ジャズヒップホップ入門(えみか&リナコ) 16:50 ヒップホップ入門(まゆ) 17:45 ヒップホップ初級(まゆ) 18:40 ヒップホップ中級(まゆ)	14 13:50 キッズダンス(あやの) 14:45 キッズダンス(あやの) 15:40 ジャズ 入門(あやの) 16:35 ジャズ 初級(あやの) 17:30 ジャズ初中級(あやの) ※土1, 2, 3, 4, 5はお休みです	15 9:00 キッズダンス(翔太郎) 9:55 ヒップホップ入門(翔太郎) 10:50 ヒップホップ初級(翔太郎) 11:45 ヒップホップ中級(翔太郎) 12:55 ジャズヒップホップ入門(ななえ) 13:50 ジャズヒップホップ初級(ななえ) 14:45 ジャズヒップホップ中級(ななえ)
16 9:30 姿勢改善ヨガ 15:00 キッズダンス(なな) 15:55 ジャズ入門(なな) 16:50 ヒップホップ入門(アツツン) 17:45 ヒップホップ初級(アツツン) 18:40 ヒップホップ初中級(アツツン)	17 9:30 ビラティス(代講:るな) 15:00 キッズダンス(みさき) 15:55 ジャズ入門(えみか&みさき) 16:50 ジャズ初級(えみか&なな) 17:45 ジャズ中級(えみか&なな) 18:40 ジャズ中級(えみか&なな)	18 9:30 呼吸を深めるヨガ 10:45 ダンスエクササイズ 15:00 キッズダンス(みゆ) 15:55 ヒップホップ入門(翔太郎)NEW! 16:50 ヒップホップ初級(翔太郎) 17:45 ヒップホップ初中級(翔太郎) 18:40 ヒップホップ中級(翔太郎)	19 定休日	20 9:30 ビラティス(代講:じゅん) 15:00 キッズダンス(えみか&リナコ) 15:55 ジャズヒップホップ入門(えみか&リナコ) ※金3, 4, 5はお休みです	21 9:00 キッズダンス(ななえ) 9:55 ヒップホップ入門(ななえ) 10:50 ヒップホップ初級(ななえ) 11:45 ヒップホップ中級(ななえ) 12:40 ヒップホップ中級(ななえ) 13:50 キッズダンス(あやの) 14:45 キッズダンス(あやの) 15:40 ジャズ 入門(あやの) 16:35 ジャズ 初級(あやの) 17:30 ジャズ初中級(あやの)	22 (ミニ発表会予備日) 9:00 キッズダンス(翔太郎) 9:55 ヒップホップ入門(翔太郎) 10:50 ヒップホップ初級(翔太郎) 11:45 ヒップホップ中級(翔太郎) 12:55 ジャズヒップホップ入門(ななえ) 13:50 ジャズヒップホップ初級(ななえ) 14:45 ジャズヒップホップ中級(ななえ) ※ミニ発表会が3/8開催の場合は、この日のレッスンがあります。
23 9:30 姿勢改善ヨガ 13:00 ワークショップ(アツツン×翔太郎) 15:00 キッズダンス(なな) 15:55 ジャズ入門(なな) 16:50 ヒップホップ入門(アツツン) 17:45 ヒップホップ初級(アツツン) 18:40 ヒップホップ初中級(アツツン)	24 9:30 ビラティス 10:45 リラックスヨガ 13:00 ワークショップ(みさき×ななえ) 15:00 キッズダンス(みさき) 15:55 ジャズ入門(えみか&みさき) 16:50 ジャズ初級(えみか&なな) 17:45 ジャズ中級(えみか&なな) 18:40 ジャズ中級(えみか&なな)	25 9:30 呼吸を深めるヨガ 10:45 ワークショップ(えみか) 12:45 ワークショップ(えみか) 15:00 キッズダンス(みゆ) 16:50 ヒップホップ初級(翔太郎) 17:45 ヒップホップ初中級(翔太郎) 18:40 ヒップホップ中級(翔太郎)	26 定休日	27 9:30 ファシアピラティス 12:30 ワークショップ(なな×みゆ) 16:50 ヒップホップ入門(まゆ) 17:45 ヒップホップ初級(まゆ) 18:40 ヒップホップ中級(まゆ) ※金1, 2はお休みです	28 13:50 キッズダンス(あやの) 14:45 キッズダンス(あやの) 15:40 ジャズ 入門(あやの) 16:35 ジャズ 初級(あやの) 17:30 ジャズ初中級(あやの) ※土1, 2, 3, 4, 5はお休みです	29 9:00 キッズダンス(代講) 9:55 ヒップホップ入門(代講) 10:50 ヒップホップ初級(代講) 11:45 ヒップホップ中級(代講) 12:55 ジャズヒップホップ入門(ななえ) 13:50 ジャズヒップホップ初級(ななえ) 14:45 ジャズヒップホップ中級(ななえ)
30 9:30 姿勢改善ヨガ 16:50 ヒップホップ入門(アツツン) 17:45 ヒップホップ初級(アツツン) 18:40 ヒップホップ初中級(アツツン) ※月1, 2はお休みです	31 9:30 ビラティス 10:45 リラックスヨガ 12:30 バズクロ(リナコ)※会員様のみ 14:15 バズクロ(まゆ)※会員様のみ ※火1, 2, 3, 4, 5はお休みです	メモ <b>ピンクオレンジ</b> =子ども向けレッスン(45分、60分) <b>黒</b> =大人向けレッスン (60分) 《子ども向けレッスン》 ・難易度: キッズダンス→入門→初級→初中級→中級の順です。 ・未経験者は <b>オレンジ色</b> のキッズダンス、入門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。				