

# レッスンスケジュール

2021. 6. 10～

	月 曜	火 曜	水 曜	木 曜	土 曜	日 曜
キンダー L	★15:50				9:15～	
舞台練習=S					9:45～	
チャイルドB L		17:50～		16:25～	12:00～	
S		---		17:05～	11:25/12:40～13:10	
チャイルドA L		17:50～		16:25～	12:00～	
S		18:30～		17:05～	12:40～13:30	
ジュニアB L	17:30～			18:10～	15:00～	
S	18:30～			19:10/17:40～隔週	16:30～	
JrA・アドバンス	19:15～	19:30～隔週		19:45～	15:00～	
	20:15～	20:30～隔週		19:10/20:45～	16:30～	
3作品 (コンテ)				BM受講ください	BM受講ください	
シニア・ミズ	19:15～	19:30～隔週		10:00～		
		20:30～隔週		11:15～12:15		
ボディメイク(BM)AM				9:20～	10:45～	
// PM				15:50～	14:20～	
ソロ・セミソロ		19:00～指定予約	17:30足慣後	19:00/21:00～	15:45～BM含	隔週午前?
//			18:00～指定予約			

★3作品の方はBMで基礎的なことをレッスンしていただくとスムーズに振り付け練習でき、柔軟性、体幹も強化できます

今後、BM時間にコンテ振付練習もありますので、ご了承ください

★キンダー月曜クラスは舞台練習期間はお休みいたしますが、月1回程度振替として月曜もしくは日曜に行います

★チャイルドクラスはなるべく火・木・土の3回のうちで振替くださると幸いです