

タイムテーブル（2025年9月～2026年2月）

一宮スタジオ

稲沢スタジオ

	月	火	水	木	金	土	日		月	水	木	土
AM								AM				
9							小2～6 9:30～10:30	9				
10			大学生以上 10:00～11:00				小5～6 コンクール 10:35～11:35	10				
11		バレエ入門 11:00～12:00	ピラティス 11:15～12:15				コンテポラリー 11:40～0:10	11				
12							中学生以上 0:15～1:15	12				
PM								PM				
1	大学生以上 1:00～2:00						中学生以上 コンクール 1:20～2:50	1			バレエ入門 1:00～2:00	小2～4 コンクール 0:55～1:55
2	ポワント一般 2:05～2:35					3才～小3 2:30～3:30		2				3才～小3 2:00～3:00
3						コンディショニング 3:35～4:05		3				小4以上 3:05～4:05
4						小4～中1 中2以上 ※4:10～5:10		4				
5	年中～小1 コンクール 4:40～5:40	3才～小1 4:55～5:55				ポワント初中級 ※5:15～5:45		5		3才～小1 4:55～5:55		
6	小2～6 6:00～7:00	小2～6 6:00～7:00	小2～6 ※6:20～7:50	中学生以上 7:00～8:00	小2～4 コンクール 6:20～7:20	中学生以上 コンクール 5:50～7:20		6	小2～6 6:00～7:00	小2～6 6:00～7:00		
7	ポワント初級 7:05～7:35	中学生以上 ハイレベル ※7:05～8:35 1階	ターンアウト 7:55～8:25	コンディショニング 8:05～8:35				7	ポワント初級 7:05～7:35	コンディショニング 7:05～7:35	中学生以上 7:00～8:00	
8	中学生以上 7:40～8:40							8	ターンアウト 7:40～8:10	中学生以上 7:40～8:40	ポワント中級 8:05～8:35	
9	ポワント中級 8:45～9:15	特別指導 8:40～9:40	中学生以上 8:30～9:30					9	中学生以上 8:15～9:15			

※1時間半のクラスがあります
※一宮スタジオ土曜PM4:10～とPM5:15～のクラスは、小4～中1は2階、中2以上は1階で行います
ポワントクラス…トウシューズを履いて練習します(基礎クラスを週2回以上受講している方)
ポワント初級…小学4～6年生 ポワント中級…中学生以上
コンディショニングクラス…ストレッチ、コアトレーニング、ピラティス、フロアバレエを行います
一宮スタジオ 木曜…中学生以上 土曜…小学生 稲沢スタジオ 水曜…小学生以上
ターンアウトクラス…脚の外旋(アンディーオール)を優先的に練習します(小学4年生以上)
コンテポラリークラス…コンテポラリーダンスの練習をします(小学4年生以上)
担当講師によりコンディショニングクラスに変更する場合があります
特別クラス コンクール 小学生以下／月4,200円 中学生以上／月5,300円 特別指導／コンクール出場且つ自習会員
※ピンク色のクラスはオープンクラス(チケット制10レッスン15000円)になります※
※スタジオへのご入室は、受講されるレッスンの開始20分前以降でお願いします※

