タイムテーブル（2026年9月～2027年2月）

一宮スタジオ

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

稲沢スタジオ

	月	水	木	土
AM 9				
10				
11				
12				
PM 1			バレエ入門 1:00～2:00	3才～小3 1:45～2:45
2				
3				小2～4 コンクール 2:50～3:50
4				小4以上 3:55～4:55
5		3才～小1 4:45～5:45		
6	小2～6 6:00～7:00	小2～6 6:00～7:00	ｽﾄﾚ＆ﾎﾟｰﾙ 6:30～7:00	
7	ﾎﾟﾜﾝﾄ初級 7:05～7:35	ｺﾝﾃﾞｨｼｮﾆﾝｸﾞ 7:05～7:35		小4以上 7:05～8:05
8	ターンアウト 7:40～8:10	中学生以上 7:40～8:40		
9	中学生以上 8:15～9:15	ﾎﾟﾜﾝﾄ中級 8:45～9:15		

※一宮スタジオ土曜PM4:10～とPM5:15～のクラスは、1階と2階に分かれて行います

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…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

ストレ＆ポールクラス…第1＆3週目はストレッチ、第2＆4週目はポールドブラを練習します(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)

コンテンポラリークラス…コンテンポラリーダンスの練習をします(小学4年生以上)

特別クラス　コンクール　中1以下／月4,200円　中2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※