

	SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
am1 10:00~10:45	マスターストレッチ						
am2		10:00~10:45 親子パレエ/ベビマ	10:00~11:20 大人初級	10:00~10:30 ウォーミングアップ	10:00~11:30 大人中上級	9:45~10:45 ストレッチ・エクササイズ	9:45~10:30 Baby
am3		11:00~12:00 ストレッチ/ベビマ	11:30~12:30 ポワント・Va	10:40~11:40 ゆったりパレエ	11:40~12:40 ポワント・Va	11:00~12:20 大人入門基礎	10:40~11:40 プレB
pm1		12:30~13:00 ウォーミングアップ	PT				11:50~12:50 Kids P
pm2		13:00~14:00 ゆったりパレエ	PT				12:50~13:50 P
pm3		プライベートレッスン		14:00~14:50 Babyクラス			
pm4		15:00~16:00 プレA	15:00~16:00 プレB	15:00~16:00 プレA		15:00~16:00	14:15~15:35 kids合同クラス
pm5		16:05~17:25 kids1クラス	16:05~17:25 kids2クラス	16:05~17:25 kids1クラス	16:35~17:35 コンテ①	16:05~17:25 kids2クラス	16:00~17:20 JrBクラス
pm6		17:40~19:00 JrAクラス	17:30~18:30 グループトレーニング	17:40~19:00 JrA B 合同クラス	17:45~18:45 コンテ②	17:20~18:40 JrAクラス	17:40~18:40 P+Va
pm7		19:10~20:30 アカデミー 20:30~20:45 ケアタイム	18:40~20:30 大人レベルフリー+p 20:30~20:45 ケアタイム	19:10~20:30 アカデミー 20:30~20:45 ケアタイム	19:00~19:45 マスターストレッチ	19:10~20:30 アカデミー 20:30~20:45 ケアタイム	19:10~20:30 アカデミー 20:30~20:45 ケアタイム

子供	
ベビー週1 水・土	
プレA 週2 月・水 (火・土)	5歳~
プレB 週1 火・土	
Kids① 月・水・土	経験1~2年 小2以上
Kids② 火・金・土	3年以上 ポワント準備期間
JrA 月・(水)・金	経験5年以上 小5以上
JrB 水・土	中学生以上
アカデミー 月・水・金・土	小5以上 留学・コンクール・プロ養成