

渋谷教室スケジュールのご案内

2016年5月9日現在

バレゾナンス東京バレエスタジオ



月	火	水	木	金	土	日
			朝活 A 07:15-08:15			
	要予約 ※1 ボディコンディショニングヨガ 9:30-10:30	入門 B 09:10-10:40	午前中からレッスンしたい方に最適！ RAD 研修済みの由梨先生による 本格クラシックバレエ		要予約 ※1 ムクミ解消リンパヨガ 9:30-10:30	
コンフォタブルバレエ 11:00-12:25	コンフォタブルバレエ 11:00-12:25	入門 A 11:00-12:25	入門 A 11:30-12:55	入門 A 11:00-12:25	コンフォタブルバレエ 11:00-12:25	要予約 ※1 バレエストレッチ 11:00-12:00
入門 A 12:50-14:15	入門 A 12:45-14:10	コンフォタブルバレエ 12:50-14:15	入門 B 13:15-14:45	ポアント初級 12:45-13:45	要予約 ※1 コアトレ&バー 12:45-14:15	コンフォタブルバレエ 12:20-13:45
	男性参加可能 ベリーダンス(ビギナー) ※2 14:30-15:30	入門 B 14:40-16:10		男性参加可能 ベリーダンス(ビギナー) ※2 14:30-15:30	要予約 ※1 ハタフローヨガ 14:40-15:40	入門 A 14:15-15:40
	男性参加可能 ベリーダンス(アドバンス) ※2 15:45-16:45 ※アドバンスクラス ~6/21まで				入門 A 16:00-17:25	入門 B 16:00-17:30
的確な指導の Arisa 先生！ レベル UP 間違いなし	要予約 ※1 ハタフローヨガ 18:10-19:10	要予約 ※1 肩甲骨ヨガ 18:10-19:10	コンフォタブルバレエ 17:35-19:00		入門 B 17:45-19:15	入門 C 17:45-19:15
入門 B 18:00-19:30	入門 A 19:30-20:55	入門 B 19:30-21:00	入門 A 19:30-20:55	入門 C 19:30-21:00 ※発表会リハーサルの為 ~6/10までこのCクラスはお休みです。	男性参加可能 ベリーダンス(アドバンス) ※2 19:45-20:45	コンフォタブルバレエ 19:30-20:55
連続受講 オススメ ヴァリエーションクラス 19:45-21:15					要予約 ※第2・第4 アニメーションダンス 21:00-22:00	※7月~ 第2・4土曜日開催!
	基礎力がみっちり付けられる MAHO 先生のレッスン。確実に身体を変えて行きたい人に特におすすめ!!					

※1 予約必須クラス:バレゾナンス「ヨガ」スタジオの公式HPより予約してお越してください。バレエ会員入会済みの方は、ヨガスタジオ入会金不要、通常チケット使用可能です。
 ※2 ベリーダンス:アイソレーション(体の一部を部分的に動かす)の訓練に最適!バレエで固くなりがちな腰を滑らかに動かします。
 バレエ会員の方はベリーダンス・フラダンス入会金不要、通常チケット使用可能です。10回月謝・フリー月謝の方は消費回数にかかわらず、500円で受講可能です。

中目黒・秋葉原・押上スケジュールのご案内

2016年1月14日現在

バレゾナンス東京バレエスタジオ

月	火	水	木	金	土	日
		<p>朝活 A 7:15-8:15 @ 中目黒 ST</p>		<p>朝活 B 7:15-8:15 @ 中目黒 ST</p>		
<p>各スタジオの案内図はこちら</p>						
 <p>新規オープン 渋谷教室 渋谷区渋谷3-6-19 第一矢木ビルB室 南口から徒歩5分。渋谷警察の裏の通り</p>		 <p>品川教室 港区高輪3-10-4 プレスト高輪101 品川駅10分! 高輪台駅1分!</p>		<p>2016/6/5までで 押上スタジオ閉講します。 ご了承ください</p>		
 <p>横浜桜木町教室 横浜市中区野毛町 3-143 柴 NIC ハイム野毛山 201 桜木町徒歩6分 中央図書館近く。</p>		 <p>中目黒教室 駅3分 目黒区上目黒1-5-10 中目黒マンションB15 レンタルスタジオ内</p>		<p>入門 A 14:15-15:40</p>		
		 <p>秋葉原教室 駅5分 台東区秋葉原3-10 東京商会秋葉原ビル B1レンタルスタジオ内</p>		<p>入門 B 16:00-17:30</p>		
		 <p>押上教室 新 OPEN!! 押上駅A1出口1分! 墨田区押上1-13-10-2階</p>		<p>コンフォタブル バレエ 16:30-17:55</p>		
		<p>入門 A 19:30-20:55 @ 中目黒 ST</p>		<p>入門 A 18:15-19:40</p>		
				<p>入門 B 20:00-21:30</p>		