

2026 年 9月 本館タイムスケジュール

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日		日曜日	
A スタジオ	B スタジオ	A スタジオ	B スタジオ	A スタジオ	B スタジオ	A スタジオ	B スタジオ	A スタジオ	B スタジオ	A スタジオ	B スタジオ	A スタジオ	B スタジオ
10:00-11:30 バレエ 美沙先生 ポワント		10:00-11:30 バレエ 美沙先生	10:00~master stretch 町田先生 ↓ 不定期開講	10:00-11:30 バレエ ミサ先生	10:00-11:00 はじめてのダンス アヤカ先生	10:00-11:00 バレエの基礎 見直そう 美沙先生	10:00-11:00 はじめてのストレッチ ミキ先生	9:30-11:00 バレエ 初中級 ミサ先生 ポワント	10:00-11:30 バレエ中級 晶子先生	9:30-11:00 バレエ ゆい先生 ポワント	9:00-10:30 バレエ 初中級 晶子先生	9:50-10:50 ストレッチ バレエトレーニング ゆい先生	
発表会練習		11:30-12:30 バレエ Va 美沙先生	↓ 不定期開講	ポワント (バー) ポワント (センター) 発表会練習	11:20-12:40 バーレスクダンス アヤカ先生	11:10-12:40 バレエ 美沙先生	11:00-11:30 バーレッスン 11:40-13:00 テーマパークダンス ミキ先生	11:40-13:10 バレエ 初級 なつき先生	ポワント	11:40-13:10 バレエ基礎 【講師隔週】 涼子先生 麻由美先生	発表会練習	11:10-12:40 バレエ 初中級 ゆい先生	
13:30-14:00 センター入門		14:00-15:30 バレエ 初級90 町田先生	12:10-13:30 バレエストレッチ &バーレッスン 優香先生	13:05-14:35 バレエ初級 福島先生	13:00-14:20 バレエストレッチ & バーレッスン 優香先生	13:20-14:40 バレエ超入門 アヤ先生		ポワント		13:20-14:40 バレエ基礎~入門 園子先生	13:20-14:50 バレエ 基礎入門 園子先生	12:30-13:50 大人の為の ジャズ ダンス ミキ先生	
16:00-16:50 JrバレエA (3~6歳) なつき先生		15:30-16:15 パドドゥ45分	13:40-15:00 ジャイロキネシス 絢子先生	14:35-15:20 パドドゥ45分	15:00~master stretch 町田先生 ↓ 不定期開講		15:30-17:00 バレエ初中級 ゆい先生 ポワント		イベントレッスン	15:00-16:20 初級 トゥシューズ 晶子先生	15:25-16:40 はじめてのバレエ からのステップ アップ 優香先生	14:00-15:30 バレエ 初級 ミキ先生	
17:00-18:00 JrバレエB (6~9歳) なつき先生		15:10-16:40 バレエ 絢子先生	16:45~master stretch 町多先生 不定期開講	15:30-17:00 バレエ初級 晶子先生 ポワント	Rental 利用		19:00-20:30 バレエ初級 西川啓輔先生		15:30-17:00 バレエ初中級 ゆい先生 ポワント	16:30-17:50 バレエ Va 晶子先生	発表会練習	17:30-18:30 エアリアルシルク かなな先生	
18:30-20:00 バレエ初級 晶子先生		18:30-20:00 はじめてのバレエ からの ステップアップ90 ミキ先生	18:30-19:50 初級ダンス リュウキ先生	19:00-20:30 フロアバレエ & バレエ初中級 なつき先生	20:30-21:15 パドドゥ45分		18:30-20:00 バレエ ゆい先生		18:30-20:00 バレエ 初中級 ゆい先生 ポワント	発表会練習	発表会練習	発表会練習	
20:00-21:20 バレエストレッチ & バーレッスン ミキ先生		20:10-21:30 テーマパークダンス ミキ先生	20:00-21:20 バーレスクダンス リュウキ先生	ポワント orセンター 2日 & 16日はポワント 9日 & 30日はセンター 発表会練習			19:40-20:55 はじめてのバレエ からのステップ アップ ミキ先生		発表会練習	発表会練習	発表会練習	発表会練習	

マスターストレッチ/パドドゥ予約サイト



パドドゥは各開催日3日前
21時から予約受付開始