



東京バレエスタジオ

3月スケジュール & 【第4回発表会リハ】 (3/1～3/12)

Blog



HP



LINE



感染防止徹底宣言を更新いたしました

必ず感染防止徹底宣言「20210527」をご確認の上、レッスンへお越しください。
(右記QRコードよりご確認いただけます。)

- ・1クラス定員15名とさせていただきます。
- ・4人ずつの更衣室の入れ替え制へのご協力をお願いいたします。
- ・公式LINEにて予約制です。事前予約は前日18:00までとさせていただきます。



3/1～3/12 のご予約は 2/28(火)12:30～ 予約受付開始

	3月1日(水)		3月2日(木)		3月3日(金)		3月4日(土)		3月5日(日)	
	本校	西新宿校	本校	西新宿校	本校	西新宿校	本校	西新宿校	本校	西新宿校
10:00										
10:30									10:30～12:00	
11:00									基礎/瑠華	
11:30									12:00～12:45	
12:00							11:30～13:00		ポアント	
12:30							基礎/明日香			
13:00							13:00～13:45			
13:30							ポアント		13:30～15:00	
14:00									ビギナーズ	
14:30					14:00～15:30				/瑠華	
15:00					初級/春奈				15:00～15:45	
15:30					15:30～16:15				はじめてのポアント	
16:00					ポアント					
16:30										
17:00										
17:30										
18:00										
18:30										
19:00										
19:30		19:00～20:30		19:00～20:30						
20:00		基礎・初級		ビギナーズ						
20:30		/明日香		/明日香						
21:00		20:30～21:15		20:30～21:15						
21:30		ポアント		はじめてのポアント						
22:00										

	3月6日(月)		3月7日(火)		3月8日(水)		3月9日(木)		3月10日(金)		3月11日(土)		3月12日(日)	
	本校	西新宿校	本校	西新宿校	本校	西新宿校	本校	西新宿校	本校	西新宿校	本校	西新宿校	本校	西新宿校
10:00														
10:30													10:30～12:00	
11:00													基礎/瑠華	
11:30			11:15～12:45										12:00～12:45	
12:00			ビギナーズ										ポアント	
12:30			/佑紀											
13:00			12:45～13:30								11:30～13:00			
13:30			ポアント								基礎/明日香			
14:00											13:00～13:45		13:30～15:00	
14:30											ポアント		ビギナーズ	
15:00													/瑠華	
15:30									14:00～15:30				15:00～15:45	
16:00									初級/春奈				はじめてのポアント	
16:30									15:30～16:15					
17:00									ポアント				16:00～17:00	
17:30													全体作品リハ	
18:00													17:00～18:00	
18:30													Valiハ	
19:00														
19:30		19:00～20:30		19:00～20:30		19:00～20:30		19:00～20:30						
20:00		基礎/駿野		初・中級		基礎・初級		ビギナーズ						
20:30		/PDD		/瑠華		/明日香		/瑠華						
21:00		20:30～21:15		20:30～21:15		20:30～21:15		20:30～21:15						
21:30		ポアント		ポアント		ポアント		はじめてのポアント						
22:00														

♪第4回発表会♪
リハーサル
始まります¥



東京バレエスタジオ

3月スケジュール & 【第4回発表会リハ】 (2/13～2/19)

Blog



HP



LINE



感染防止徹底宣言を更新いたしました

必ず感染防止徹底宣言「20210527」をご確認の上、レッスンへお越しください。
(右記QRコードよりご確認いただけます。)

- ・1クラス定員15名とさせていただきます。
- ・4人ずつの更衣室の入れ替え制へのご協力をお願いいたします。
- ・公式LINEにて予約制です。事前予約は前日18:00までとさせていただきます。



3/13～3/19のご予約は 3/10(金)12:30～ 予約受付開始

	3月13日(月)		3月14日(火)		3月15日(水)		3月16日(木)		3月17日(金)		3月18日(土)		3月19日(日)	
	本校	西新宿校	本校	西新宿校	本校	西新宿校	本校	西新宿校	本校	西新宿校	本校	西新宿校	本校	西新宿校
10:00														
10:30														
11:00														
11:30			11:15～12:45 ビギナーズ / 佑紀										10:30～12:00 基礎/瑠華	
12:00			12:45～13:30 ポアント										12:00～12:45 ポアント	
12:30														
13:00														
13:30														
14:00			13:45～14:45 全体作品リハ Valia										13:30～15:00 ビギナーズ / 瑠華	
14:30									14:00～15:30 初級/春奈				15:00～15:45 はじめてのポアント	
15:00									15:30～16:15 ポアント					
15:30														
16:00														
16:30														
17:00														
17:30														
18:00														
18:30														
19:00														
19:30	19:00～20:30 基礎/駿野		19:00～20:30 初・中級 / 瑠華		19:00～20:30 基礎・初級 / 明日香		19:00～20:30 ビギナーズ / 明日香							
20:00	20:30～21:15 PDD		20:30～21:15 ポアント		20:30～21:15 ポアント		20:30～21:15 はじめてのポアント							
20:30														
21:00														
21:30														
22:00														

3月の目標は「ターンアウト」です♪

ターンアウト(脚や体を外側へ開く)することによって、
よりダイナミックな踊りや表現になります☆
股関節周りの動きも良くなり、お尻のシェイプアップにも効果
的！しっかりと意識してレッスンしていきましょう♪



東京バレエスタジオ

3月スケジュール & 【第4回発表会リハ】 (3/20~3/28)

Blog



HP



LINE



感染防止徹底宣言を更新いたしました

必ず感染防止徹底宣言「20210527」をご確認の上、レッスンへお越しください。
(右記QRコードよりご確認いただけます。)

- ・1クラス定員15名とさせていただきます。
- ・4人ずつの更衣室の入れ替え制へのご協力をお願いいたします。
- ・公式LINEにて予約制です。事前予約は前日18:00までとさせていただきます。



3/20~3/31 のご予約は 3/17(金)12:30~ 予約受付開始

	3月20日(月)		3月21日(火)		3月22日(水)		3月23日(木)		3月24日(金)		3月25日(土)		3月26日(日)	
	本校	西新宿校	本校	西新宿校	本校	西新宿校	本校	西新宿校	本校	西新宿校	本校	西新宿校	本校	西新宿校
10:00														
10:30														
11:00														
11:30			11:15~12:45 ビギナーズ /佐紀										10:30~12:00 基礎/瑠華	
12:00			12:45~13:30 ポアント										12:00~12:45 ポアント	
12:30											11:30~13:00 基礎/明日香			
13:00											13:00~13:45 ポアント			
13:30													13:30~15:00 ビギナーズ /瑠華	
14:00			13:45~15:15 全体作品リハ						14:00~15:30 初級/春奈				15:00~15:45 はじめてのポアント	
14:30									15:30~16:15 ポアント				16:00~17:00 全体作品リハ	
15:00													17:00~18:00 Vaリハ	
15:30														
16:00														
16:30														
17:00														
17:30														
18:00														
18:30														
19:00														
19:30														
20:00														
20:30														
21:00														
21:30														
22:00														

	3月27日(月)		3月28日(火)		3月29日(水)		3月30日(木)		3月31日(金)	
	本校	西新宿校	本校	西新宿校	本校	西新宿校	本校	西新宿校	本校	西新宿校
10:00										
10:30										
11:00										
11:30			11:15~12:45 ビギナーズ /佐紀							
12:00			12:45~13:30 ポアント							
13:00										
13:30										
14:00			13:45~14:45 全体作品リハ							
14:30			Vaリハ							
15:00										
15:30										
16:00										
16:30										
17:00										
17:30										
18:00										
18:30										
19:00										
19:30										
20:00		19:00~20:30 基礎/駿野		19:00~20:30 初・中級 /瑠華		19:00~20:30 基礎・初級 /瑠華		19:00~20:30 ビギナーズ /明日香		
20:30		20:30~21:15 PDD		20:30~21:15 ポアント		20:30~21:15 ポアント		20:30~21:15 はじめてのポアント		
21:00										
21:30										
22:00										

前日22:00より随時
空枠分の当日券を
販売しております!

BASEのシステムの都合上、
当日券の反映まで時間がか
かる場合がございます。
当日券が前日以前から更新
されていない場合は
お手数ではございますが、
お問い合わせください。

