

# 有料スタジオスクール紹介

## バレエ

曜日：火曜日

時間：16:10-17:10

場所：スタジオB

担当：高井 景介

内容：前半は、レッスンで行った踊りの細かな説明と、  
後半は舞台上で踊るバリエーションの練習を行います。  
バリエーションは、2ヶ月かけて完成していきます。  
皆様からのバレエに関する質問にもお答えしていきます！



## ジャズダンス

曜日：水曜日

時間：14:45-15:45

場所：スタジオB

担当：五十嵐 奈生

内容：時間的にもレギュラークラスに定期的に通って下さらないと  
お伝えする事が難しい、ジャズダンスに更に1歩踏み込んだ内容をお伝えしながら進めています。ストレッチ、フロアー練習、コンビネーションに繋がっています。  
もっと楽しくもっと素敵に！  
踊った感覚が残るレッスンを目標にしています。



## ハーモニズム

曜日：木曜日

時間：10:55～11:25

場所：アフタースクール内カルチャールーム

担当：玉澤 明人

内容：ハーモニズムのレッスンです。



## フラメンコ

曜日：木曜日

時間：11:10-11:40

場所：アリーナ

担当：石田 アリサ

内容：フラメンコのステップの基礎・手の使い方・リズムの取り方などを分かりやすくお教えします。  
プログラムレッスンの復習にもオススメのクラスです。



## フリースタイル

曜日：金曜日

時間：13:15-14:15

場所：スタジオA

担当：かず

内容：ダンスを通じて心も身体も健康に！通常プログラムでやった踊りを復習して次週の振りを先取り。頭の記憶と身体の記憶を活用し、老後の対策などにも役立つレッスンを行っています。  
勿論有料ならではの到達するポイントなども含めアットホームな環境で楽しんでいただけるよう進めております。



## ジャズダンス

曜日：金曜日

時間：15:30-16:30

場所：スタジオB

担当：浅野 智子

内容：踊る為の身体作りは、とても心地良く筋力、柔軟性、バランス力が向上します。  
踊りが好きな方、やってみたいと思う方、是非ご一緒に楽しみながら踊りましょう。



## ステップ

曜日：日曜日

時間：11:40-12:10

場所：スタジオA

担当：前田 ゆきえ

内容：初級ステップスクール・・・第1週目  
ステップ運動の基礎からしっかりと学べるクラスです。  
ステップ運動が初めての方や、基礎を確認したい方におすすめです。  
マルチステップスクール・・・第2週目  
ステップ運動に慣れてきた方を対象としたクラスです。  
ダイナミックで多様な動きを体感いただけます。  
さらにレベルアップを目指したい方や、より運動強度を高めたい方に最適です。



## フリースタイル

曜日：日曜日

時間：14:15-15:00

場所：スタジオA

担当：DAISUKE

内容：レギュラーレッスンで踊った振り付けの続きを踊ることをメインとして、更に深くまで練習することや、ダンスのコツなどを教えてます。  
身体の使い方なども知ることで健康維持にも繋がります。

