

# LESSON SCHEDULE

2021年3月スマイリースケジュール

3  
2021.MARCH

月 - MON	火 - TUE	水 - WED	木 - THU	金 - FRI	土 - SAT	日 - SUN
1 発達 16:00- ベビーチア 10:30- 幼児 15:50- 小学生 17:00- チアダンス レッスン日	2 ベビーチア 10:30- 幼児 15:50- 小学生 17:00- チアダンス レッスン日	3	4 プレベビーチア 10:00- チアダンス 体験日 チアダンス レッスン日	5 ベビーダンス 10:15- チアダンス 体験日 チアダンス レッスン日	6 ベビーチア 10:45- チアダンス 体験日 チアダンス レッスン日	7
8	9 ベビーチア 10:30- 幼児 15:50- 小学生 17:00- チアダンス レッスン日	10	11 チアダンス <b>OPEN CLASS</b> YOUTH テクニック 18:30-	12 大人バレエ 10:00- チアのためのバレエ 18:00-	13 月1/苦手克服体操 13:00- チアダンス 体験日 チアダンス レッスン日	14
15 大人チア 13:00- 発達 16:00- ベビーチア 10:30- 幼児 15:50- 小学生 17:00- チアダンス レッスン日	16 ベビーチア 10:30- 幼児 15:50- 小学生 17:00- チアダンス レッスン日	17	18 チアダンス レッスン日	19	20 ベビーチア 10:45- Stars Smiley おさらい会 オンラインライブ配信 10:00- チアダンス レッスン日	21 かけっこ教室 13:30-
22	23 ベビーチア 10:30- 幼児 15:50- 小学生 17:00- チアダンス レッスン日	24	25 ママチア 11:00- チアダンス レッスン日	26 大人バレエ 10:00- チアのためのバレエ 18:00-	27 ベビーチア 10:45- チアダンス レッスン日	28
29	30 春季短期体操教室 ①9:15- ②10:45-	31	1	2	3	4

## NOTE:

チアテクニック動画やコラムなど最新情報を配信しています

Follow me "Smiley House"



## プレベビーチア 体験OK!!

歩き始め～未就学児までの親子

公園あそびと屋内の体育を  
バランスよく取り入れ、親子で  
体の動かし方の基本を学びます。

【開講日】

3/4(木) 10:00-11:00

## 未就学児の親子体操 ベビーチア 体験OK!!

しっかり歩ける～未就学児までの親子

親子でスキンシップをとりながら  
鉄棒・とび箱・マット運動や、  
知育遊び、ダンスを楽しみましょう

【開講日】  
火曜(毎週) 10:30-11:30  
土曜(月3回) 10:45-11:45

## チアのためのバレエ

幼稚園年少～小学生低学年

チアキッズのための  
バレエテクニックレッスン。  
チア上達のために必須となるバレエの  
基礎的な体の使い方を体得します。

【開講日】

3/12(金) 18:00-19:10

3/26(金) 18:00-19:10

## たいそう教室 体験OK!!

幼児(年少～年長)、小学生(低学年)  
楽しく体を動かしながら、協調性も学び  
幼児の心身の発達を目指します。  
受験体操としてもご利用ください。

【開講日】  
幼児クラス: 火曜(毎週) 15:50-16:50  
小学生クラス: 火曜(毎週) 17:00-18:00

## 発達の気になる お子様の体操教室

幼稚園年長～小学生

少人数でそれぞれに合わせたレベルで  
複数の指導者で指導。  
学校体育と基礎的な身体づくりを  
楽しく取り組みます。

【開講日】

3/1(月) 16:00-17:00

3/15(月) 16:00-17:00

## 月1!苦手克服 体操教室 単発OK!!

幼稚園年中～小学生

今月はマット運動！  
月1回、メインの種目を重点的にレッスン。  
苦手な種目の克服や基礎運動の  
レベルアップを楽しみながら行います。  
好きな種目の月だけの受講も可能です。

【開講日】  
3/13(土) 13:00-14:00

## ママチア 大人チア ママチアはOK! お子様連れOK!

子育て中のママ・一般女性

初心者大歓迎！  
体幹を意識しながら体を動かして  
ストレス解消にも最適

【開講日】

ママチア: 3/25(木) 11:00-

大人チア: 3/15(月) 13:00

## 大人の初心者バレエ

お子様連れOK!

子育て中のママ・一般女性

大人になって初めてでの  
バレエでも大丈夫！  
美しい姿勢と柔軟性を習得し  
楽しく踊りましょう。

【開講日】  
3/12(金) 10:00-11:00  
3/26(金) 10:00-11:00

## ベビーダンス 単発OK!!

首すわり～2歳くらいまでの親子

赤ちゃんを抱っこしながらダンス！  
産後の運動不足を解消します。

【開講日】

3/5(金) 10:15-11:15

## ★たまプラーザ Stars Smiley★ チアダンスサークル

合計10チームで元気に活動中！

【練習場所】 Smiley House を中心に、  
青葉区内の各施設で活動しています。  
☆各チームの活動の様子は  
Stars Smiley Official HP/SNSを  
ご覧ください