



親子で家族で！運動が楽しめるスタジオスペース

# LESSON SCHEDULE

2021年12月スマイリースケジュール



月 - MON	火 - TUE	水 - WED	木 - THU	金 - FRI	土 - SAT	日 - SUN
29	30	1	2	3	4	5
			プレベビーチア 10:00-		ベビー運動 10:45-	
		チアダンス レッスン日	チアダンス レッスン日	チアダンス レッスン日	チアダンス レッスン日	
6	7	8	9	10	11	12
発達 16:00- 月曜チアダンス テクニック①(初級) 17:15- OPEN CLASS	ベビー運動 10:30- 幼稚 15:50- 小学生 17:00- チアダンス レッスン日	木曜チアダンス テクニック (中級) 18:30- OPEN CLASS	大人バレエ 10:00- チアのためのバレエ 18:00-	ベビー運動 10:45- JCDA 決勝		
13	14	15	16	17	18	19
ベビー運動 10:30- 幼稚 15:50- 小学生 17:00- チアダンス レッスン日				月1/苦手克服体操 13:00- ミスダンスドリル		
20	21	22	23	24	25	26
大人チア 13:00- 月曜チアダンス テクニック②(初中級) 17:15- OPEN CLASS	ベビー運動 10:30- 幼稚 15:50- 小学生 17:00- チアダンス レッスン日		大人バレエ 10:00- チアのためのバレエ 18:00-	ベビー運動 10:45- チアダンス レッスン日		
27	28	29	30	31	1	2
Smiley House 年末年始休業 12/28Tue - 1/4Tue						

## 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 "



Happy Holidays!



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、親子での動きかし方の基本を学びます。

【開講日】  
12/2 (木) 10:00-11:00

未就園児の親子体操 体験OK!!  
ベビー運動クラス

SMILEY HOUSEオリジナルプログラム "ベビーチア"

しっかり歩ける～未就学児までの親子

親子でスキニップをとりながら 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】  
12/10 (金) 18:00-19:10  
12/24 (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】  
12/6 (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／  
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】  
12/18 (土) 13:00-14:00

大人チア

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】  
12/20 (月) 13:00-14:00

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】  
12/10 (金) 10:00-11:00  
12/24 (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】  
今月の開講はございません

★たまプラーザ Stars Smiley★

チアダンスサークル  
合計 11 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

※曜日・時間は変更になる場合がありますので必ずご確認ください。  
※お子様連れ OK のレッスンにお連れいただいたお子様は、おもちゃで遊んでお待ちいただけます。