



親子で家族で！運動が楽しめるスタジオスペース

LESSON SCHEDULE

2019年1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
31	1	2	3	4	5	6
冬休み						
7	8 ベビーチア 10:30- 幼児 15:50- 小学生 17:00-	9	10 プレベビーチア 10:00- チアダンス レッスン日	11 チアのためのバレエ ①16:45- ②18:00- チアダンス レッスン日	12 ベビーチア 10:45- チアダンス レッスン日	13
14	15 ベビーチア 10:30- 幼児 15:50- 小学生 17:00- チアダンス テクニック	16	17 ママチア 11:15- チアダンス レッスン日	18 大人バレエ 10:00- チアダンス レッスン日	19 ベビーチア 10:45- 運動が苦手 13:30- チアダンス レッスン日	20
21	22 大人チア 13:00- 発達 16:00- 幼児 15:50- 小学生 17:00-	23	24 プレベビーチア 10:00- チアダンス レッスン日	25 ベビーダンス 10:00- チアのためのバレエ ①16:45- ②18:00- チアダンス レッスン日	26 USA 大会 千葉予選 チアダンス レッスン日	27
28	29 ベビーチア 10:30- 幼児 15:50- 小学生 17:00- チアダンス テクニック	30	31	1	2	3

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"



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】

1/10(木) 10:00-10:50

1/24(木) 10:00-10:50



未就学児の親子体操
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



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】

金曜 (月2回)

①16:45- ②18:00-



幼稚（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】

幼稚クラス：火曜 (毎週) 15:50-16:50

小学生クラス：火曜 (毎週) 17:00-18:00



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】

1/21(月) 16:00-17:00



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】

1/25(金) 10:00-11:00



ママチアはお子様連れ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：1/17(木) 11:15-

大人チア：1/21(月) 13:00-



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】

1/18(金) 10:00-11:00

※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。

★たまプラーザ Stars Smiley★

チアダンスサークル

合計6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

<https://stars-smiley.com>

☆各チームの活動の様子は HPをご覧ください

