



# LESSON SCHEDULE

2021年4月スマイリー スケジュール



親子で家族で！運動が楽しめるスタジオスペース

月 - MON	火 - TUE	水 - WED	木 - THU	金 - FRI	土 - SAT	日 - SUN
29	30	31	1	2	3	4
					ベビーチア 10:45-	
5	6	7	8 チアダンステクニック 18:30- OPEN CLASS	9 大人バレエ 10:00- チアのためのバレエ 18:00-	10 月1/苦手克服体操 13:00-	11
12	13	14	15 プレベビーチア 10:00-	16 ベビーダンス 10:15- チアのためのバレエ 18:00-	17 ベビーチア 10:45- かげっこ教室 10:00-	18
19	20	21	22	23 大人バレエ 10:00- チアのためのバレエ 18:00-	24 ベビーチア 10:45- チアダンス レッスン日	25
26	27	28	29 チアダンス テクニック キャンプ	30	1	2

## 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】  
4/15(木) 10:00-11:00

**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学びます。

【開講日】  
4/9(金) 18:00-19:10  
4/23(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、児童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】  
幼稚園クラス: 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】  
4/19(月) 16:00-17:00  
4/26(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

今月は鉄棒／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】  
4/10(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】  
4/19(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】  
4/9(金) 10:00-11:00  
4/23(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】  
4/16(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、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