

LESSON SCHEDULE

2023年3月スマイリーハウス スケジュール



月 - MON	火 - TUE	水 - WED	木 - THU	金 - FRI	土 - SAT	日 - SUN
27	28	1	2 プレベビーチャ 10:00-	3 チアのためのパレエ 18:00-(YOUTH)	4 Stars Smiley おさらい会	5
6 発達 16:00- 月曜チアダンス テクニク①(初級) 17:15- OPEN CLASS	7 ベビー運動 10:30- 幼児 15:50- 小学生 17:00- チアダンス レッスン日	8 チアダンス レッスン日	9 木曜チアダンス テクニク (中級) 18:30- OPEN CLASS	10 チアのためのパレエ 18:00-	11 ベビー運動 10:45- 月1！苦手克服体操 13:00-	12 ミスダンスドリル
13	14 ベビー運動 10:30- 幼児 15:50- 小学生 17:00- チアダンス レッスン日	15 チアダンス レッスン日	16 チアダンス レッスン日	17 チアダンス レッスン日	18 ベビー運動 10:45- チアダンス 体験日 チアダンス レッスン日	19
20 大人チア 13:15- 発達 16:00- 月曜チアダンス テクニク②(初中級) 17:15- OPEN CLASS	21 幼児 15:50- 小学生 17:00- チアダンス レッスン日	22 チアダンス レッスン日	23 チアダンス レッスン日	24 チアのためのパレエ 18:00-	25 ベビー運動 10:45- チアダンス レッスン日	26 USA Nationals(Jr.) たまプラーザ さくら祭り (AM)
27 USA Nationals (mini/Youth)	28 ベビー運動 10:30- 幼児 15:50- 小学生 17:00- チアダンス レッスン日	29 チアダンス レッスン日	30 USA PEAK	31	4 5	5

プレベビーチャ **体験 OK!!**

歩き始め～未就学児までの親子
公園あそびと屋内での体育を
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】
3/2 (木) 10:00-11:00

**未就学児の親子体操
ベビー運動クラス** **体験 OK!!**

SMILEY HOUSEオリジナルプログラム “ベビーチャ”
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

チアのためのパレエ **体験 OK!!**

幼稚園年少～小学生低学年
チアキッズのための
パレエテクニクレッスン。
チア上達のために必須となるパレエの
基礎的な体の使い方を体得します。

【開講日】
3/3 (金)・10 (金)・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
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** **単発 OK!!**

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】
3/6 (月) 16:00-17:00
3/20 (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
〆今月はマット〆
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】
3/11 (土) 13:00-14:00

大人チア **体験 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】
3/20 (月) 13:15-14:15

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

NOTE:

チアテクニ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”



☆☆ たまプラーザ Stars Smiley ☆☆

チアダンスサークル 合計 11 チームで活動中！

【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

