



親子で家族で！運動が楽しめるスタジオスペース

# LESSON SCHEDULE

2024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
26	27	28	29	1 チアのためのバレエ 18:00-	2 チアダンス レッスン日 チアダンス レッスン日	3 Stars Smiley おさらい会
4 大人チア 13:15- 発達 16:00- 月曜チアダンス テクニック①(初級) 17:15- OPEN CLASS	5 幼児 15:50- 小学生 17:00- チアダンス レッスン日	6 チアダンス体験日 チアダンス レッスン日	7 チアダンス体験日 チアダンス レッスン日	8 チアのためのバレエ 18:00-	9 チアダンス レッスン日 チアダンス レッスン日	10 ミスダンスドリル
11	12 幼児 15:50- 小学生 17:00- チアダンス レッスン日	13 チアダンス体験日 チアダンス レッスン日	14 木曜チアダンス テクニック (中級) 18:30- OPEN CLASS	15 チアのためのバレエ 18:00-	16 月 1! 親子体操 10:45- 月 11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	17 かけっこ教室 10:00-
18 発達 16:00- 月曜チアダンス テクニック②(初中級) 17:15- OPEN CLASS	19 幼児 15:50- 小学生 17:00- チアダンス レッスン日	20 チアダンス体験日 チアダンス レッスン日	21 チアダンス体験日 チアダンス レッスン日	22 チアのためのバレエ 18:00-	23 チアダンス体験日 チアダンス レッスン日	24 さくらまつり Jr.U.S.A Nationals
25	26 幼児 15:50- 小学生 17:00- チアダンス レッスン日	27 Mini/YOUTH USA Nationals	28 USA PEAK	29 チアダンス レッスン日	30 チアダンス レッスン日	31

## 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"



**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】  
3/1・8・15・22(金)  
18:00-19:10

**たいそう教室**  
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

**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】  
3/4,18 (月) 16:00-17:00

**月 1! 苦手克服  
体操教室**  
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】  
3/16 (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】  
3/4 (月) 13:15-14:15

**ベビーダンス**  
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

**チアダンス  
テクニックレッスン**  
単発 OK!!  
レベル別テクニックスキルアップ  
チアダンスに必要なテクニックを  
通常レッスン外で学びます。

【開講日】  
3/4 (月) 初級 17:15-  
3/14 (木) 中級 17:15-  
3/18 (月) 初中級 17:15-

**月 1! 親子体操**  
単発 OK!!  
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】  
3/16(土) 10:45-11:45

## ★★ 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

※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。

