

LESSON SCHEDULE

2019年2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
28 	29	30	31	1 大人バレエ 10:00-	2 ベビーチア 10:45- チアダンス レッスン日	3 USA 大会 東京予選
4 ★大人のハタヨガ ベーシック 10:30-	5 ベビーチア 10:30- 幼児 15:50- 小学生 17:00-	6	7 プレベビーチア 10:00- チアダンス レッスン日	8 チアのためのバレエ ①16:45- ②18:00-	9 運動が苦手 13:30- チアダンス レッスン日	10 テクニクキャンプ ①キッズ 10:30- ②ジュニア 12:45- @ たまプラーザテラス PLAZA HALL
11 ベビーチア (長靴スケート教室 @トレッサ横浜) 9:45- ★大人のハタヨガ ベーシック 10:30-	12 ベビーチア 10:30- 幼児 15:50- 小学生 17:00- チアダンス テクニク	13	14 ママチア 11:15- チアダンス レッスン日	15 大人バレエ 10:00-	16 チア オーディション 9:00-10:30 ベビーチア 10:45- ※餅つきイベント 12:00-15:00 チアダンス レッスン日	17
18 ★大人のハタヨガ ベーシック 10:30- 大人チア 13:00- 発達 16:00-	19 ベビーチア 10:30- 幼児 15:50- 小学生 17:00-	20 入園グッズ オーダー会 10:00-14:00	21 プレベビーチア 10:00- チアダンス レッスン日	22 ベビーダンス 10:00- チアのためのバレエ ①16:45- ②18:00-	23 ベビーチア 10:45- チアダンス レッスン日	24
25 ★大人のハタヨガ ベーシック 10:30- 発達 16:00-	26 ベビーチア 10:30- 幼児 15:50- 小学生 17:00- チアダンス テクニク	27	28 チアダンス レッスン日	1	2	3

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】
2/7(木)10:00-10:50
2/21(木)10:00-10:50

**未就学児の親子体操
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-

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】
2/18(月)16:00-17:00
2/25(月)16:00-17:00

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】
2/22(金)10:00-11:00

ママチア 大人チア ママチアは
お子様連れも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: 2/14(木)11:15-
大人チア: 2/18(月)13:00-

大人の初心者バレエ お子様連れも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】
2/1(金)10:00-11:00
2/15(金)10:00-11:00

NOTE:

※2/16(土)【餅つきイベント】は、ベビーチア会員限定イベントになります。参加費:500円

★印は提携レッスンとなりますので、下記提携レッスン担当まで直接ご予約＆お問い合わせください。

<大人のハタヨガベーシック 毎週月曜日 10:30-11:30> 担当 RIE

☎080-4291-4188 🌐 <https://coubic.com/yogaplaceoli> ✉ yogaplaceoli@gmail.com

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"



※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

