

# LESSON SCHEDULE

2022年1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
3 Smiley House 年始休業 1/4Tue まで	4	5 TOPAZ 合宿	6	7	8 ベビー運動 10:45- USA 大会東京予選②	9 Youth 合宿
10 Youth 合宿	11 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	12 チアダンス レッスン日	13 木曜チアダンス テクニク①(中級) 18:30- OPEN CLASS チアダンス レッスン日	14 大人バレエ 10:00- チアのためのバレエ 18:00- チアダンス レッスン日	15 ベビー運動 10:45- チアダンス レッスン日	16
17 発達 16:00- 月曜チアダンス テクニク①(初級) 17:15- OPEN CLASS チアダンス レッスン日	18 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	19 チアダンス レッスン日	20 プレベビーチア 10:00- チアダンス レッスン日	21 チアダンス レッスン日	22 ベビー運動 10:45- 月1/苦手克服体操 13:00- チアダンス レッスン日	23
24	25 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	26 チアダンス レッスン日	27 チアダンス レッスン日	28 大人バレエ 10:00- チアのためのバレエ 18:00- チアダンス レッスン日	29 USA 大会千葉予選 チアダンス レッスン日	30
31 大人チア 13:00- 発達 16:00- 月曜チアダンス テクニク②(初中級) 17:15- OPEN CLASS	1	2	3	4	5	6

### 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】  
1/20 (木) 10:00-11:00

### 未就園児の親子体操 体験OK!!

#### ベビー運動クラス

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】  
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体得します。

【開講日】  
1/14 (金) 18:00-19:10  
1/28 (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  
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】  
1/17 (月) 16:00-17:00  
1/31 (月) 16:00-17:00

### 月1! 苦手克服 単発OK!!

#### 体操教室

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】  
1/22 (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】  
1/31 (月) 13:00-14:00

### 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】  
1/14 (金) 10:00-11:00  
1/28 (金) 10:00-11:00

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"



### 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

### ★たまプラーザ Stars Smiley★

#### チアダンスサークル

合計11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。