

LESSON SCHEDULE

2021年11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
1 発達 16:00- 月曜チアダンス テクニク①(初級) 17:15- OPEN CLASS	2 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	3 チアダンス レッスン日	4 プレベビーチア 10:00- チアダンス レッスン日	5 チアダンス レッスン日	6 チアダンス レッスン日	7 JCDA
8	9 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	10 チアダンス レッスン日	11 木曜チアダンス テクニク(中級) 13:00- OPEN CLASS チアダンス レッスン日	12 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	13 ベビー運動 10:45- チアダンス レッスン日	14
15	16 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	17 チアダンス レッスン日	18 チアダンス レッスン日	19 チアダンス レッスン日	20 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	21 かけっこ教室 10:00-
22 発達 16:00- 大人チア 13:00- 月曜チアダンス テクニク②(初中級) 17:15- OPEN CLASS	23 幼児 15:50- 小学生 17:00- チアダンス レッスン日	24 チアダンス レッスン日	25 チアダンス レッスン日	26 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	27 ベビー運動 10:45- チアダンス レッスン日	28
29	30 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	1 チアダンス レッスン日	2 チアダンス レッスン日	3 チアダンス レッスン日	4 チアダンス レッスン日	5 チアダンス レッスン日

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"



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】
11/4(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】
11/12(金) 18:00-19:10
11/26(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

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】
11/1(月) 16:00-17:00
11/22(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
＼今月は跳び箱／
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】
11/20(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】
11/22(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】
11/12(金) 10:00-11:00
11/26(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】
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。