

LESSON SCHEDULE

2020年10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 	1 チアダンス レッスン日	2	3 ベビーチア 10:45-	4 かけっこ教室 14:00-
5 発達 16:00-	6 ベビーチア 10:30- 幼児 15:50- 小学生 17:00- チアダンス レッスン日	7 チアダンス レッスン日	8 チアダンス レッスン日	9 大人バレエ 10:00- チアのためのバレエ 18:00-	10 チアダンス レッスン日	11
12	13 ベビーチア 10:30- 幼児 15:50- 小学生 17:00- チアダンス レッスン日	14 チアダンス レッスン日	15 プレベビーチア 10:00- チアダンス レッスン日	16	17 ベビーチア 10:45- 運動が苦手 13:00- チアダンス レッスン日	18
19 大人チア 13:00- 発達 16:00-	20 ベビーチア 10:30- 幼児 15:50- 小学生 17:00- チアダンス レッスン日	21 チアダンス レッスン日	22 ママチア 11:00- チアダンス レッスン日	23 大人バレエ 10:00- チアのためのバレエ 18:00-	24 ベビーチア 10:45- チアダンス レッスン日	25
26	27 ベビーチア 10:30- 幼児 15:50- 小学生 17:00- チアダンス レッスン日	28 チアダンス レッスン日	29 チアダンス レッスン日	30 オンライン ベビーダンス 10:00-	31 チアダンス レッスン日 	1

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】
10/15(木) 10:00-11:00

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】
10/9(金) 18:00-19:10
10/23(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】
10/5(月) 16:00-17:00
10/19(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】
10/30(金) 10:00-11:00
※今月はオンライン開催

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：10/22(木) 11:00
大人チア：10/19(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での
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】
10/9(金) 10:00-11:00
10/23(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"



※曜日・時間に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8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

