

LESSON SCHEDULE

2021年3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-	2 👤 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	3 チアダンス体験日 チアダンス レッスン日	4 👤 プレベビーチア 10:00- チアダンス体験日 チアダンス レッスン日	5 👤 ベビーダンス 10:15- チアダンス体験日 チアダンス レッスン日	6 👤 ベビーチア 10:45- チアダンス体験日 チアダンス レッスン日	7
8	9 👤 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	10 チアダンス体験日 チアダンス レッスン日	11 チアダンス OPEN CLASS YOUTH テクニック 18:30- チアダンス体験日 チアダンス レッスン日	12 👤 大人パレエ 10:00- 👤 チアのためのパレエ 18:00-	13 🏃 月1 / 苦手克服体操 13:00-	14
15 👤 大人チア 13:00- 🏃 発達 16:00-	16 👤 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	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 👤 ベビーチア 10:45- チアダンス レッスン日	21 Stars Smiley おさらい会 オンラインライブ配信 10:00- かけっこ教室 13:30-
22	23 👤 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	24 チアダンス レッスン日	25 👤 ママチア 11:00- チアダンス レッスン日	26 👤 大人パレエ 10:00- 👤 チアのためのパレエ 18:00-	27 👤 ベビーチア 10:45- チアダンス レッスン日	28
29 春季短期体操教室 ①9:15- ②10:45-	30	31	1 🌸	2 🌸	3 🌸	4 🌸

👤 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】
3/4(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

👤 チアのためのパレエ

幼稚園年少～小学生低学年
チアキッズのための
パレエテクニックレッスン。
チア上達のために必須となるパレエの
基礎的な体の使い方を体得します。

【開講日】
3/12(金) 18:00-19:10
3/26(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】
3/1(月) 16:00-17:00
3/15(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
〳️今月はマット運動!〵
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】
3/13(土) 13:00-14:00

👤 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：3/25(木) 11:00-
大人チア：3/15(月) 13:00

👤 大人の初心者パレエ 👤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
パレエでも大丈夫!
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】
3/12(金) 10:00-11:00
3/26(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】
3/5(金) 10:15-11:15

★たまプラーザ Stars Smiley★
チアダンスサークル
合計10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。