

LESSON SCHEDULE

2022年2月スマイリーハウス スケジュール

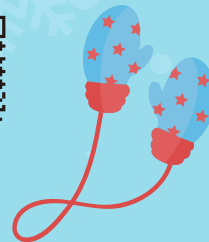


月 - MON	火 - TUE	水 - WED	木 - THU	金 - FRI	土 - SAT	日 - SUN
31	1 ベビー運動 10:30- 幼児 15:50- 小学生 17:00- チアダンス レッスン日	2 チアダンス レッスン日	3 プレベビーチア 10:00- チアダンス レッスン日	4 チアダンス レッスン日	5 月1 / 苦手克服体操 13:00- チアダンス レッスン日	6
7	8 ベビー運動 10:30- 幼児 15:50- 小学生 17:00- チアダンス レッスン日	9 チアダンス レッスン日	10 木曜チアダンス テクニク (中級) 18:30- OPEN CLASS チアダンス レッスン日	11 チアのためのパレエ 18:00- チアダンス レッスン日	12 ベビー運動 10:45- チアダンス レッスン日	13
14 大人チア 13:15- 発達 16:00- 月曜チアダンス テクニク①(初級) 17:15- OPEN CLASS	15 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	16 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 ベビー運動 10:45- チアダンス レッスン日	20 USA 大会神奈川予選
21	22 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	23 チアダンス 大会選抜チーム オーディション チアダンス レッスン日	24 チアダンス レッスン日	25 大人パレエ 10:00- チアのためのパレエ 18:00- チアダンス レッスン日	26 ベビー運動 10:45- USA 大会東京予選③ チアダンス レッスン日	27
28 発達 16:00- 月曜チアダンス テクニク②(初中級) 17:15- OPEN CLASS	1 雪花	2 雪花	3 雪花	4 雪花	5 雪花	6 雪花

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】
2/3 (木) 10:00-11:00

未就学児の親子体操 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0"
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】
2/11 (金) 18:00-19:10
2/25 (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】
1/14 (月) 16:00-17:00
1/28 (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】
2/5 (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】
2/14 (月) 13:15-14:15

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】
2/25 (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。