STARS SMILEY Smiley House
親子で家族で！運動が楽しめるスタジオスペース

LESSON SCHEDULE

2022年11月 スマイリーハウス スケジュール

11 2022.NOVEMBER

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 チアダンス レッスン日	4 チアのためのバレエ 18:00-(YOUTH) チアダンス レッスン日	5 ベビー運動 10:45- チアダンス レッスン日	6 かけっこ教室 ①上級 9:00- ②初中級 10:10-
7 発達 16:00- 大人チア 13:15- 月曜チアダンステクニック①(初級) 17:15- OPEN CLASS	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ック（中級）13:00- OPEN CLASS チアダンス レッスン日	11 チアのためのバレエ 18:00- チアダンス レッスン日	12 月1 / 苦手克服体操 13:00- チアダンス レッスン日	13
14	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 プレベビーチア 10:00- 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
21 発達 16:00- 月曜チアダンステクニック②(初中級) 17:15- OPEN CLASS	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 レッスン日	24 チアダンス レッスン日	25 チアのためのバレエ 18:00- チアダンス レッスン日	26 ベビー運動 10:45- JCDA 決勝 チアダンス レッスン日	27 JCDA 決勝
28	29 幼児 15:50- 小学生 17:00- チアダンス レッスン日	30 チアダンス レッスン日	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】
11/17（木）10:00-11:00

未就園児の親子体操 ベビー運動クラス 体験OK!!

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】
11/4(金)・10(金)・21(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】
11/7（月）16:00-17:00
11/21（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】
11/12(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】
11/7(月) 13:15-14:15

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。

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 ”