

※基本定休日:水曜日・第5週目全曜日

※レッスン予定は急遽変更となる場合がございます。「備考」に記載以外の変更に関してはHP「急な休講・代講のお知らせ」(Twitter)にてご確認ください。

4月1日(月)~4月14日(日)ストレッチ&ウェーブ【⑤⑥】

4月15日(月)~4月28日(日)ストレッチ&パイプレーション【⑦⑧】

| 曜日 | 月曜日 | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日 | 金曜日 | 土曜日 | 日曜日 | |
|--|--|----------------------------------|-----|---------------------------------|-------------------------------------|---------------------------------|----------------------------------|--|
| 開講日 | 1.8.15.22日 | 2.9.16.23日 | | 4.11.18.25日 | 5.19.26日 | 6.13.20.27日 | 7.14.21.28日 | |
| 代講 | | | | | | | | |
| 休講 | | | | | 4/12 | | | |
| 振替 | | | | | | | | |
| <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 5px; display: inline-block; background-color: red; color: white; width: 80px; height: 80px; text-align: center; vertical-align: middle;"> ※平日昼 お子様連れ </div> レッスン | 初級(xxxx) 11:30~12:45 Saki | | | ビギナー 11:30~12:45 Zita | ビギナー 11:30~12:45 Yuumi | | ビギナー 10:45~12:00 Yuki | |
| | ビギナー 13:00~14:15 Saki | ビギナー 13:00~14:15 Elnaz | | 初級(xxxx) 13:00~14:15 Zita | 初級(Salalah) 13:00~14:15 Yuumi | 初級(xxxx) 13:00~14:15 Yuko | 初級(Caapa) 12:15~13:30 Yuki | |
| | | 初級(xxxx) 14:30~15:45 Elnaz | | | | | ビギナー 14:30~15:45 Yuko | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | ビギナー 19:00~20:15 Saki | ペルシヤン 19:00~20:15 Elnaz | | | ビギナー 19:00~20:15 Zita | | | |
| | 初級(Mona) 20:30~21:45 Saki | ビギナー 20:30~21:45 Elnaz | | | 初級(xxxx) 20:30~21:45 Zita | | | |
| イベント | 4/13(土)Mina Saleh Silk Isis WS@芸能花伝舎 Omshanti presents 4/14(日)Noruzu Party@立川スタジオ 18:30~Open 4/20(土)アラブ音楽WS④(講師:TAKSEEMA) 4/28(日)Shamsクラスハフラ@AFR 18:00~Open | | | | | | | |