

M.Sベリーダンススタジオ レッスンスケジュール

錦糸町店 2019年9月

* ビギナーメニューローテーション*

9月1日(日)~9月14日(土)ストレッチ&腰の基礎ステップ【①②】

9月15日(日)~9月28日(土)ストレッチ&筋トレ&胸の基礎ステップ【③④】

※基本定休日: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。下記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。

曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	第1・3土曜日	第2・4土曜日	第1・3日曜日	第2・4日曜日
開講日	2.9.16.23日	3.10.17.24日	4.11.18.25日	5.12.19.26日	6.13.20.27日	7日	14.28日	1.15日	8.22日
代講									
休講						9/21			
振替						9/21は8/31に振替済			
レッスン		ビギナー 11:00~12:15 Yuumi	ビギナー 11:00~12:00 Mina	初級(Felfel) 11:00~12:15 Neda	ビギナー 11:00~12:15 Zita				初級(Fatima) 11:00~12:15 Shams
		初級(Halii) 12:15~13:30 Yuumi	中級(Marica) 12:00~13:00 Mina	ビギナー 12:15~13:30 Neda	初級(iLaha) 12:15~13:30 Zita	キッズ (ラズBelly Mini) 12:30~13:15 Mina			
						キッズ (ラズBelly Kids) 13:30~14:30 Mina		和ベリー(雅) 13:15~14:30 Yuumi	
						ペルシヤン 14:30~15:30 Mina	ビギナー 14:00~15:15 Elnaz	ビギナー 14:45~16:00 Hedie	
						上級 15:30~16:30 Mina	初級(Golpary) 15:15~16:30 Elnaz	初級(Nayyel) 16:00~17:15 Hedie	和ベリー(粋) 15:15~16:30 Yuumi
						剣の舞 16:30~17:30 Mina			
						中級(Juju) 17:30~18:30 Mina	中級(Mah) 18:15~19:30 Sham		
		ビギナー 19:15~20:30 Yasmin	初級(Mehry) 19:00~20:15 Sham	初級(Lotus) 18:30~19:30 Mina	ビギナー 19:00~20:15 Nilda	初級(Junah) 18:30~19:45 Nilda			
		初級(xxxxx) 20:30~21:45 Yasmin	ビギナー 20:15~21:30 Sham	中級(Morvarid) 19:30~20:30 Mina	初級(Sehadi) 20:15~21:30 Nilda	ビギナー 19:45~21:00 Nilda			
イベント	9/22(日)発表会ホールリハーサル 18:00~@日経ホール 9/29(日)インストラクターショー&発表会@日経ホール								