

# M.Sベリーダンススタジオ レッスンスケジュール

## 横浜店 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:金曜日・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。

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		7.21日	14.28日	1.15日	8.22日
代講									
休講							9/28 Romisahra 16:00~ビギナー		
振替						9/7 ヨガベリー →9/14 10:30~	9/28 Kavir →9/27 20:00~		
レッスン			初級(Bolur) 11:00~12:15 Neda					ビギナー&初級 10:45~12:00 Hiroko	
			ビギナー 12:15~13:30 Neda					ジュニア (ラズBelly Jr.) 12:00~13:00 Mina	
				初級(Aria) 13:00~14:00 第1.3Romisahra 第2.4Mina		ヨガベリー 13:00~14:15 Emiko		ペルシヤン 13:00~14:00 Mina	
							ビギナー 13:30~14:45 Sham	中級(Nazanin) 14:00~15:00 Mina	
							初級(Melek) 15:00~16:15 Sham	剣の舞 15:00~16:00 Mina	
						初級(Keshti) 16:30~17:45 Firuzeh	ビギナー 16:30~17:45 Romisahra	上級(xxxxx) 16:00~17:00 Mina	
		ビギナー 19:00~20:15 Zita	初級(Jamil) 19:00~20:15 Emiko		初級(Bahlam) 19:00~20:15 Shams		初級(Cheshmeh) 18:00~19:15 Firuzeh	初級(Kavir) 18:00~19:15 Romisahra	
		初級(Luliwa) 20:25~21:40 Zita	ビギナー 20:25~21:40 Emiko		初級(Areej) 20:25~21:40 Shams				
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								