

※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。

11月1日(金)~11月14日(木) ターン&髪のマウエーブ【⑨⑩】

11月15日(金)~11月28日(木) ストレッチ&手の動き&腰・胸の動作【⑪⑫】

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	4.11.18.25日	5.12.19.26日	6.13.20.27日	7.14.21.28日	1.8.15.22日	2.16日	9.23日	3.17日	10.24日
代講						11/2 → Sham			
休講					11/22 Nilda 18:30~初級 19:45~ビギナー	11/16			
振替					11/1 Zita → 11/29				11/10 Shams → 11/24 12:15~
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(Halil) 12:15~13:30 Yuumi	初級(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	
						ペルシャ 14:30~15:30 Mina	ビギナー 14:00~15:15 Elnaz	ビギナー 14:45~16:00 Hedie	振替 11/24 和ベリー → 11/10 14:00~
						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	11/10(日)横浜マラソン 給水パフォーマンス 11/10(日)インストラクターショー@AFR YOKOHAMA 19:00~ 11/16(土)アラブ音楽WS⑧(講師:木村伸子)@錦糸町スタジオ 19:00~								