

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 2021年5月

入門メニューローテーション

5月1日(土)~5月14日(金)ストレッチ&腰の基礎ステップ【①②】
 5月15日(土)~5月28日(金)ストレッチ&筋トレ&胸の基礎ステップ【③④】
 上記以降にレッスンがある場合は休講となった日のメニューを振替します。

※「開講日」をご確認ください。
 ※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。「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。
 ※()はクラス名です。

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
		初級(Bolur) 11:00~12:15 Neda 開講日: 5. 12. 19. 26	入門 11:30~12:45 第1.3のみ Romisahra 開講日: 6. 20			入門 11:00~12:15 Zafra 開講日: 10. 24	ジュニア (ラズBelly Jr.) 12:00~13:00 Mina 開講日: 2. 16	入門 11:00~12:15 Hiroko 開講日: 9. 23
		入門 12:30~13:45 Neda 開講日: 5. 12. 19. 26	初級(Aria) 13:00~14:15 第1.3のみ Romisahra 開講日: 6. 20		NEW!	初級(xxxx) 12:30~13:45 Zafra 開講日: 10. 24	ペルシヤン 13:00~14:00 Mina 開講日: 2. 16	初級(ATLAS) 12:30~13:45 Hiroko 開講日: 9. 23
							中級(Nazanin) 14:00~15:00 Mina 開講日: 2. 16	中級(Melek) 14:00~15:15 Sham 開講日: 9. 23
					入門 15:00~16:15 Firuzeh 開講日: 1. 15		剣の舞 15:00~16:00 Mina 開講日: 2. 16	入門 15:30~16:45 Sham 開講日: 9. 23
					初級(Keshti) 16:30~17:45 Firuzeh 開講日: 1. 15	入門 16:30~17:45 Romisahra 開講日: 8. 22		
入門 19:00~20:15 Zita 開講日: 3. 10. 17. 24	初級 (スプーンとフォーク) 19:00~20:15 YOSHINO 開講日: 4. 11. 18. 25	入門 19:00~20:15 第2・4のみ Shams 開講日: 12. 26	初級(Bahlam) 19:00~20:15 Shams 開講日: 6. 13. 20. 27	トライバル フュージョン基礎 19:00~20:15 第2・4のみ Yuuko Kader 開講日: 14. 28	初級(Cheshmeh) 18:00~19:15 Firuzeh 開講日: 1. 15	初級(Kavir) 18:00~19:15 Romisahra 開講日: 8. 22		
初級(Luliwa) 20:30~21:45 Zita 開講日: 3. 10. 17. 24	入門 20:30~21:45 YOSHINO 開講日: 4. 11. 18. 25		初級(Areej) 20:30~21:45 Shams 開講日: 6. 13. 20. 27	トライバル フュージョン振付 20:30~21:45 第2・4のみ Yuuko Kader 開講日: 14. 28				