

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11月

\*入門メニューローテーション\*

※「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。

11月1日(月)~11月14日(日)ストレッチ&腰の基礎ステップ【①②】

11月15日(月)~11月28日(日)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。

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:3. 10. 17. 24	入門 11:30~12:45 第1.3のみ Romisahra 開講日:4. 18			入門 11:00~12:15 Zafra 開講日:13. 27	ジュニア (ラズBelly Jr.) 12:00~13:00 Mina 開講日:7. 21	入門 11:00~12:15 Hiroko 開講日:14. 28
		入門 12:30~13:45 Neda 開講日:3. 10. 17. 24	初級(Aria) 13:00~14:15 第1.3のみ Romisahra 開講日:4. 18			初級(Azhar) 12:30~13:45 Zafra 開講日:13. 27	ペルシヤン 13:00~14:00 Mina 開講日:7. 21	初級(ATLAS) 12:30~13:45 Hiroko 開講日:14. 28
							中級(Nazanin) 14:00~15:00 Mina 開講日:7. 21	中級(Melek) 14:00~15:15 Sham 開講日:14. 28
					入門 15:00~16:15 Firuzeh 開講日:6. 20		剣の舞 15:00~16:00 Mina 開講日:7. 21	入門 15:30~16:45 Sham 開講日:14. 28
					初級(Keshti) 16:30~17:45 Firuzeh 開講日:6. 20	入門 16:30~17:45 Romisahra 開講日:13. 27		
入門 19:00~20:15 Zita 開講日:8. 15. 22. 29	初級 (スプーンとフォーク) 19:00~20:15 YOSHINO 開講日:2. 9. 16. 23	入門 19:00~20:15 第2・4のみ Shams 開講日:10. 24	初級(Bahlam) 19:00~20:15 Shams 開講日:4. 11. 18. 25	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:12. 26	初級(Cheshmeh) 18:00~19:15 Firuzeh 開講日:6. 20	初級(Kavir) 18:00~19:15 Romisahra 開講日:13. 27		
初級(Luliwa) 20:30~21:45 Zita 開講日:8. 15. 22. 29	入門 20:30~21:45 YOSHINO 開講日:2. 9. 16. 23		初級(Areej) 20:30~21:45 Shams 開講日:4. 11. 18. 25	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:12. 26				