

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 2022年5月

入門メニューローテーション

5月1日(日)～5月14日(土)ストレッチ&腰の基礎ステップ【①②】
5月15日(日)～5月28日(土)ストレッチ&筋トレ&胸の基礎ステップ【③④】

※「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。

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
レッスン			初級(Bolur) 11:00～12:15 Neda 開講日:11. 18. 25	入門 11:30～12:45 第1.3のみ Romisahra 開講日:5. 19					入門 11:00～12:15 Hiroko 開講日:8. 22
			入門 12:30～13:45 Neda 開講日:11. 18. 25	初級(Aria) 13:00～14:15 第1.3のみ Romisahra 開講日:5. 19			入門 12:30～13:45 Zafra 開講日:14. 28	ペルシャン 13:00～14:00 Mina 開講日:1. 15. 29 ※1.15日は12:00～に変更	初級(ATLAS) 12:30～13:45 Hiroko 開講日:8. 22
							初級(Azhar) 14:00～15:15 Zafra 開講日:14. 28	中級(Nazanin) 14:00～15:00 Mina 開講日:1. 15. 29 ※1.15日は13:00～に変更	中級(Melek) 14:00～15:15 Sham 開講日:8. 22
						入門 15:00～16:15 Firuzeh 開講日:7. 21		剣の舞 15:00～16:00 Mina 開講日:1. 15. 29 ※1.15日は14:00～に変更	
						初級(Cheshmeh) 16:30～17:45 Firuzeh 開講日:7. 21	入門 16:30～17:45 Romisahra 開講日:14. 28	ジュニア (ラズBelly Jr.) 16:00～17:00 Mina 開講日:1. 29	
	入門 19:00～20:15 Zita 開講日:2. 9. 16. 23	初級(Layla) 19:00～20:00 第2.4のみ Mina 開講日:10. 24	入門 19:00～20:15 第2・4のみ Shams 開講日:11. 25	初級(Bahlam) 19:00～20:15 Shams 開講日:5. 12. 19. 26	入門 19:00～20:15 Zafra 開講日:6. 13. 20. 27	中級(Keshti) 18:00～19:15 Firuzeh 開講日:7. 21	初級(Kavir) 18:00～19:15 Romisahra 開講日:14. 28	上級(インストラクター) 18:00～19:00 Mina 開講日:29	
	初級(Luliwa) 20:30～21:45 Zita 開講日:2. 9. 16. 23	入門 20:00～21:00 第2.4のみ Mina 開講日:10. 24		初級(Areej) 20:30～21:45 Shams 開講日:5. 12. 19. 26	初級(xxxx) 20:30～21:45 Zafra 開講日:6. 13. 20. 27				