

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8月

入門メニューローテーション

8月1日(月)~8月14日(日)ストレッチ&腰の基礎ステップ【①②】

8月15日(月)~8月28日(日)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:3. 10. 17. 24	入門 11:30~12:45 第1.3のみ Kros 開講日:4. 18					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 Kros 開講日:4. 18			入門 12:30~13:45 Zafra 開講日:休講	ペルシヤン 13:00~14:00 Mina 開講日:21	初級(ATLAS) 12:30~13:45 Hiroko 開講日:14. 28	
								初級(Azhar) 14:00~15:15 Zafra 開講日:休講	中級(Nazanin) 14:00~15:00 Mina 開講日: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:21	
							初級(Cheshmeh) 16:30~17:45 Firuzeh 開講日:6. 20	入門 16:30~17:45 Romisahra 開講日:13. 27	ジュニア (ラズBelly Jr.) 16:00~17:00 Mina 開講日:21	
		入門 19:00~20:15 Zita 開講日:1. 8. 15. 22	初級(Layla) 19:00~20:00 第2.4のみ Mina 開講日:9. 23 ※9日代講:Elnaz	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	入門 19:00~20:15 Zafra 開講日:5. 12. 19. 26	中級(Keshti) 18:00~19:15 Firuzeh 開講日:6. 20	初級(Kavir) 18:00~19:15 Romisahra 開講日:13. 27	上級 (インストラクター) 18:00~19:00 Mina 開講日:休講	
		初級(Luliwa) 20:30~21:45 Zita 開講日:1. 8. 15. 22	入門 20:00~21:00 第2.4のみ Mina 開講日:9. 23 ※9日代講:Elnaz		初級(Areej) 20:30~21:45 Shams 開講日:4. 11. 18. 25	初級(xxxx) 20:30~21:45 Zafra 開講日:5. 12. 19. 26				