STARS SMILEY Smiley House

親子で家族で！運動が楽しめるスタジオスペース

LESSON SCHEDULE

2021 年 10 月 スマイリー スケジュール

10 2021.OCTOBER

月 - MON	火 - TUE	水 - WED	木 - THU	金 - FRI	土 - SAT	日 - SUN
27	28	29	30	1 チアのためのバレエ 18:00- チアダンス　レッスン日	2 JCDA 予選大会	3 かけっこ教室 10:00-
4 発達 16:00- 月曜チアダンス テクニック①(初級) 17:15- OPEN CLASS	5 ベビー運動 10:30- 幼児 15:50- 小学生 17:00- チアダンス　レッスン日	6 チアダンス　レッスン日	7 プレベビーチア 10:00- チアダンス　レッスン日	8 大人バレエ 10:00- チアダンス　レッスン日	9 ベビー運動 10:45- チアダンス　レッスン日	10
11	12 ベビー運動 10:30- 幼児 15:50- 小学生 17:00- チアダンス　レッスン日	13 チアダンス　レッスン日	14 木曜チアダンス テクニック（中級） 13:00- OPEN CLASS チアダンス　レッスン日	15 チアダンス　レッスン日	16 ベビー運動 10:45- チアダンス　レッスン日	17
18	19 ベビー運動 10:30- 幼児 15:50- 小学生 17:00- チアダンス　レッスン日	20 チアダンス　レッスン日	21 チアダンス　レッスン日	22 大人バレエ 10:00- チアのためのバレエ 18:00- チアダンス　レッスン日	23 ベビー運動 10:45- 月１/苦手克服体操 13:00- チアダンス　レッスン日	24
25 発達 16:00- 大人チア 13:00- 月曜チアダンス テクニック②(初中級) 17:15- OPEN CLASS	26 ベビー運動 10:30- 幼児 15:50- 小学生 17:00- チアダンス　レッスン日	27 チアダンス　レッスン日	28 チアダンス　レッスン日	29 チアダンス　レッスン日	30 チアダンス　レッスン日	31

プレベビーチア

体験OK!!

歩き始め～未就学児までの親子

公園あそびと屋内での体育を
バランスよく取り入れ、親子で
体の動かし方の基本を学びます。

【開講日】
10/7（木）10:00-11:00

未就園児の親子体操 ベビー運動クラス

体験OK!!

SMILEY HOUSEオリジナルプログラム　"ベビーチア©"

しっかり歩ける～未就学児までの親子

親子でスキンシップをとりながら
鉄棒・とび箱・マット運動や、
知育遊び、ダンスを楽しみましょう

【開講日】
火曜（毎週）10:30-11:30
土曜（月３回）10:45-11:45

チアのためのバレエ

幼稚園年少～小学生低学年

チアキッズのための
バレエテクニックレッスン。
チア上達のために必須となるバレエの
基礎的な体の使い方を体得します。

【開講日】
10/1(金) 18:00-19:10
10/22(金) 18:00-19:10

たいそう教室

体験OK!!

幼児（年少～年長）、小学生 低学

楽しく体を動かしながら、協調性も学び
幼児の心身の発達を目指します。
受験体操としてもご利用ください。

【開講日】
幼児クラス：火曜（毎週）15:50-16:50
小学生クラス：火曜（毎週）17:00-18:00

発達の気になる お子様の体操教室

幼稚園年長～小学生

少人数でそれぞれに合わせたレベルで
複数の指導者で指導。
学校体育と基礎的な身体づくりを
楽しく取り組みます。

【開講日】
10/4(月) 16:00-17:00
10/25（月）16:00-17:00

月１！苦手克服 体操教室

単発OK!!

幼稚園年中～小学生

＼今月は鉄棒／

月１回、メインの種目を重点的にレッスン。
苦手な種目の克服や基礎運動の
レベルアップを楽しみながら行います。
好きな種目の月だけの受講も可能です。

【開講日】
10/23(土) 13:00-14:00

大人チア

子育て中のママ・一般女性

初心者大歓迎！
体幹を意識しながら体を動かして
ストレス解消にも最適

【開講日】
10/25(月) 13:00-14:00

大人の初心者バレエ

お子様連れも OK!

子育て中のママ・一般女性

大人になって初めてでの
バレエでも大丈夫！
美しい姿勢と柔軟性を習得し
楽しく踊りましょう。

【開講日】
10/8(金) 10:00-11:00
10/22(金) 10:00-11:00

ベビーダンス

単発OK!!

首すわり～２歳くらいまでの親子

赤ちゃんを抱っこしながらダンス！
産後の運動不足を解消します。

【開講日】
今月の開講はございません

★たまプラーザ Stars Smiley★

チアダンスサークル
合計 11 チームで元気に活動中！

【練習場所】Smiley House を中心に、
青葉区内の各施設で活動しています。
☆各チームの活動の様子は
Stars Smiley Official HP/SNS を
ご覧ください

※曜日・時間は変更になる場合がありますので必ずご確認ください。
※お子様連れ OK のレッスンにお連れいただいたお子様は、おもちゃで遊んでお待ちいただけます。

NOTE:

チアテクニック動画やコラムなど最新情報を配信しています

Follow me " Smiley House "