

LESSON SCHEDULE

2022年10月スマイリーハウス スケジュール



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

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】
10/6 (木) 10:00-11:00

未就学児の親子体操 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】
10/7 (金)・14 (金)・28 (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】
10/3 (月) 16:00-17:00
10/17 (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

〳〵月は鉄棒〵

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】
10/8 (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】
10/17 (月) 13:15-14:15

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

NOTE:

※曜日・時間に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。