

# グループレッスン予定表

10月1日更新

	月	火	水	木	金	土
13:00～						社交ダンスABC ラテン (三木 or 渡辺)
14:00～	社交ダンスABC スタンダード (三木)	よりカッコよく 魅せるラテン (相田)		ななの ボディメイク♥ (岡本)	システム スタンダード (三木)	
15:00～			システムラテン (渡辺)		より美しく魅せる スタンダード (加藤)	キッズクラブ! (岡本)
16:00～						
17:00～	フリーダンス タイム (全員)					
18:00～		システムラテン (岡本)	よりカッコよく 魅せるラテン (相田)	より美しく魅せる スタンダード (加藤)	ステップアップダンス スタンダード (三木)	
19:00～	インストラクター 養成講座 ※別表に記載	システム スタンダード (三木)	ステップアップ ダンス ラテン (岡本)	社交ダンスABC ラテン (三木 or 渡辺)		( )内が、 担当の スタッフに なります。
20:00～	熱血!! ラテン エクササイズ♪ (相田)		社交ダンスABC スタンダード (三木 or 渡辺)	テクニカル スタンダード (加藤)	テクニカル ラテン (相田)	
21:00～						

レベル	クラス名	内容
入門	社交ダンスABC(ラテン・スタンダード別)	ステップを中心に覚え、パーティーなどで踊れるようになります。
初級	システムスタンダード	ベーシックの動きなどを中心に基礎的な技術を教えます。
	システムラテン	
中級	より美しく魅せるスタンダード	少し発展した考えでより美しく踊れるテクニックを身につけます。
	よりカッコよく魅せるラテン	少し発展した考えでよりカッコよく踊れるテクニックを身につけます。
上級	テクニカルスタンダード	高度なテクニックを様々な面で応用し活かせるようにします。
	テクニカルラテン	
その他	ダンスのためのバレエストレッチ	ビューティフルな体を手に入れよう! 柔軟性・バランス力UP↑
	キッズクラブ!	小学生までのキッズ対象 親子での参加もOK!!
	ステップアップダンス	パーティーステップを特訓して、貴方の踊りをステップアップ!! (中級者以上)
	熱血!! ラテンエクササイズ♪	熱く♪ ラテンの基礎練習に!! ダイエットに!!
	ななのボディメイク♥	オリジナル体操で、ダンスに必要な体作りをします。
	フリーダンスタイム	日頃のレッスンの成果を試そう! お相手にスタッフ全員参加♪

料金は 担当:加藤、相田、全員…3スタンプ 長田、岡本、三木、渡辺(貴)…2スタンプ

※グループレッスン受講の方は、開始10分前までに受付にお申し込み下さい。

※グループレッスンは基本的には50分1レッスンになります。受講人数が3名以下の場合25分に短縮させていただきます。

※グループレッスンの時間や内容は、変更する事がございます。詳しくはHPをご覧くださいか、お気軽にお問い合わせ下さい。