

講師は現役ダンサー！ジャンル多数！

# 大人一般クラス

※すべて税込価格です

## クラシックバレエ



**バレエ講師：新里茉莉絵**  
東京シティバレエ団現役ソリストの先生です。ピラティスの知識も豊富で身体の使い方が良くわかります。

### ピラティス（中学生～一般）

月曜日 18：40～19：25  
月謝 ¥5300 ビジター ¥3400  
バレエの為に必要な筋力・柔軟性を高めます。バレエとセットでの受講がおすすめ♪

### クラシックバレエ（中学生～一般） 初級

月曜日 シューズ 19：30～21：00  
ポワント 21：05～21：35  
月謝 シューズ¥8000 ポワント¥9700  
ビジター シューズ¥2800 ポワント¥3400  
基礎を大事にしつつ、身体の美しい使い方を学べるクラスです。



**バレエ講師：中本真優**  
BALLET STUDIO PASHA 所属。元気にきびきびとレッスンする先生のクラスはいつも活気があります。

### クラシックバレエ（一般） 初・中級

火・金曜日 シューズ 13：00～14：30  
ポワント① 14：35～15：05  
ポワント② 15：15～15：45  
月謝 シューズ¥8000  
ポワント① ¥9700  
ポワント② ¥11200  
ビジター シューズ¥2800  
ポワント① ¥3400  
ポワント② ¥4100  
ポワント②では毎回バリエーションを踊るクラスで、踊るテクニックも学べます。シューズ～ポワント①までは基礎をしっかりやる大人気のクラスです。



**バレエ講師：植田穂乃香**  
東京シティバレエ団現役ソリストの先生です。テクニックに定評のある先生です。

### クラシックバレエ（中学生～一般） 初級

水曜日 シューズ 19：45～21：15  
ポワント 21：20～21：50  
月謝 シューズ¥8000 ポワント¥9700  
ビジター シューズ¥2800 ポワント¥3400  
初心者クラスからステップアップしたい方におすすめのクラスです。スタート時間が遅めなので仕事後のレッスンにおすすめ♪  
**クラシックバレエ（中学生～一般）  
初中級**  
土曜日 シューズ 11：00～12：30  
ポワント 12：35～13：05  
月謝 シューズ¥8000 ポワント¥9700  
ビジター シューズ¥2800 ポワント¥3400  
現役ソリストの先生から目から学べることもいっぱい！技術を高めたい方におすすめ♪



**バレエ講師：植田綾乃**  
長年ソリスト経験されてきた先生の一つの動きの美しさに注目です。

### クラシックバレエ（一般） バリエーションクラス 初級

木曜日 13：00～14：30  
月謝 2回 ¥4800 4回 ¥8000  
ビジター ¥2800  
バリエーションを目的にパーからレッスンをします。その時行っているバリエーションに必要なテクニックを徹底的にレッスンします。※シューズのみのクラスです。

### はじめてのバレエ （中学生～一般） 入門初級

第1・3日曜日 10：45～12：00  
月謝 2回 ¥4500 ビジター ¥2800  
基礎を重視した、初心者のための大人のバレエクラスです。まずは目から入る情報と身体がつながるようにレッスンしましょう。地道こそ近道！



**バレエ講師：五島茉佑子**  
東京シティバレエ団現役ソリストの先生です。基本のテクニックを丁寧にレッスンします。

### クラシックバレエ（中学生～一般） 初級

土曜日 シューズ 13：15～14：45  
ポワント 14：50～15：20  
月謝 シューズ¥8000 ポワント¥9700  
ビジター シューズ¥2800 ポワント¥3400  
初心者の方も慣れていらっしゃる方も、基礎をじっくり大切に学ぶクラスです。



**バレエ講師：島田梨帆**  
レッスンの理解度がぐんと上がるレッスン内容で、わかりやすいと評判です。

### クラシックバレエ（一般） 初中級

日曜日 第1・3週 15：20～16：50  
第2・4週 11：00～12：30  
月謝 2回 ¥4800 4回 ¥7200  
ビジター ¥2800  
大人気の島田先生クラスが昨年より月4回になりました。※シューズのみのクラスです。

## HIPHOP



**HIPHOP 講師：SHO→TA**  
今各方面ひっぱりだこの若手ダンサー！魅力的なダンスは必見！クラスはいつも笑顔が溢れています。

### HIPHOP（中学生～一般） 初中級

火曜日 19：15～20：45  
月謝 ¥7800 ビジター ¥2800  
ステップアップしたい方におすすめのクラスです。技術の向上はもちろん、先生の魅力的な振付の時間がたっぷりあります！

### HIPHOP（中学生～一般） 入門初級 NEW!

土曜日 20：30～21：30  
月謝 ¥7500 ビジター ¥2800  
基礎を重視した、初心者のためのクラス誕生！まずは目から入る情報と身体がつながるようにレッスンしましょう。地道こそ近道！

### おとなのビギナーHIPHOP（一般） 初級

第1・3日曜日 12：20～13：35  
月謝 2回 ¥4400 ビジター ¥2800  
基礎のクラスから少しステップアップしたい方におすすめ！魅力たっぷりの振付も楽しみなクラスです。



**HIPHOP 講師：AMEKO**  
多ジャンルを踊りこなす AMEKO 先生のクラスはいつも元気いっぱい！

### ガールズ HIPHOP （ジュニア～一般）入門初級 NEW!

金曜日 19：45～21：00  
月謝 ¥7800 ビジター ¥2800  
ジュニアから受講可能な初心者クラス誕生！ダンスを初めて習う方大歓迎！小さい頃からダンスを習っていない方も踊れるようになります！



**HIPHOP 講師：Saki**  
現役で活躍する先生で、とても分かりやすいレッスンは大人気です。

### はじめての HIPHOP（一般） 入門初級

第1・3日曜日 13：50～15：05  
月謝 2回 ¥4400 ビジター ¥2800  
大人になってからでもダンスは踊れるようになります！初心者大歓迎のクラスです。基礎をしっかり学べて、レッスン最後は楽しく振付を踊りましょう♪

## 50才からの NEW! シニアクラス



**バレエ講師：中本真優**  
BALLET STUDIO PASHA 所属。元気にきびきびとレッスンする先生のクラスはいつも活気があります。

### クラシックバレエ （50才～） 入門 NEW!

火曜日 11：00～12：00  
月謝 2回 ¥4800 4回 ¥7200 ビジター ¥2800  
何才からでもダンスは踊れるようになります！これからバレエを始めてみたい方はもちろん、今までバレエを習っていたけれど、身体の事を考えてゆったりとレッスンしたい方におすすめ！50才以下の方も要相談で受講可能です。



**HIPHOP 講師：Kokone**  
両親の影響で 90'sHIPHOP にふれ、現在はフリースタイルで活躍中。

### オールドスクール・ ヒップホップ （50才～）入門 NEW!

土曜日 10：30～11：30  
月謝 2回 ¥4800 4回 ¥7200 ビジター ¥2800  
何才からでもダンスは踊れるようになります！これから HIPHOP を始めてみたい方はもちろん、今まで HIPHOP を習っていたけれど、身体の事を考えてゆったりとレッスンしたい方におすすめ！60才以下の方も要相談で受講可能です。