

吉祥寺クラスタイムスケジュール 2025年10月

				10/1(水)		10/2(木)		10/3(金)		10/4(土)		10/5(日)	
		Ashton	MacMillan	Ashton	MacMillan	Ashton	MacMillan	Ashton	MacMillan	Ashton	MacMillan	Ashton	MacMillan
9:30													
9:45													
10:00													
10:15													
10:30													
10:45				基礎			基礎強化	シンデレラ			スクール		中級
11:00				10:30-12:00			10:30-12:00	10:30-12:00					10:30-12:00
11:15				伊藤先生	ストレッチ		辻久美子先生	辻久美子先生	ビギナー	初級		初級	栗山先生
11:30					11:00-12:00		(ジャンプ)		11:00-12:30	11:00-12:30		11:00-12:30	
11:45					辻久美子先生	初級			盧先生	丸山先生	スクール	佐藤先生	
12:00						11:30-13:00							
12:15						盧先生							
12:30													
12:45				ピラティス	ポワント基礎			中級		CTDリハ	中級	ポワント初級	ポワント中級
1:00				12:30-13:30	12:15-13:00			12:30-14:00		12:45-14:45	12:30-14:00	12:45-13:30	12:15-13:15
1:15					伊藤先生						辻梨花先生	佐藤先生	栗山先生
1:30				大井田先生		中級/100分	ポワント初級	大井田先生	基礎				
1:45						13:15-14:45	13:15-14:00		13:00-14:30				
2:00					初級	13:15-14:55	盧先生		辻久美子先生	前田先生			
2:15					13:45-15:15	小林美奈先生				小林美奈先生			
2:30					辻久美子先生					丸山先生			
2:45				基礎Va				ポワント中級			スクール	ビギナー	
3:00				13:45-15:15				14:15-15:15				14:00-15:30	
3:15				大井田先生				大井田先生	ポワント基礎			佐藤先生	
3:30									14:45-15:30				
3:45					スクール	ポワント中級	伊藤先生		小林美奈先生				
4:00						15:15-16:15		スクール					
4:15						小林美奈先生				スクール			
4:30				スクール	スクール				スクール		スクール	初級	
4:45												16:00-17:30	
5:00												栗山先生	
5:15													
5:30					スクール	スクール		スクール		スクール	スクール		
5:45													
6:00				スクール									
6:15													
6:30						スクール							
6:45													
7:00								スクール					
7:15													
7:30										スクール			
7:45													
8:00													
8:15				初級			上級		シンデレラ				
8:30				19:45-21:15		スクール	19:45-21:15		19:00-20:30				
8:45							辻梨花先生		小林美奈先生				
9:00				中井先生									
9:15													
9:30													
9:45													

※スケジュール・担当講師は館内掲示板でのお知らせにより変更となる場合がございます。

※GYROKINESIS(R)はGyrotonic Sales Corpの登録商標であり米国本部の許可を得て使用しております。

吉祥寺クラスタイムスケジュール 2025年10月

10/6(月)		10/7(火)		10/8(水)		10/9(木)		10/10(金)		10/11(土)		10/12(日)	
Ashton	MacMillan	Ashton	MacMillan	Ashton	MacMillan	Ashton	MacMillan	Ashton	MacMillan	Ashton	MacMillan	Ashton	MacMillan
9:30													
9:45													
10:00													
10:15													
10:30													
10:45													
11:00													
11:15													
11:30	初級 11:00-12:30 袖山先生	ジャイロキネシス® 11:30-12:30 細田先生	初級 10:30-12:00 沖山先生	基礎 11:00-12:30 未定	基礎 10:30-12:00 伊藤先生	ストレッチ 11:00-12:00 未定	基礎強化 10:30-12:00 未定 (ジャンプ)	ビギナー 11:00-12:30 盧先生	初級 11:00-12:30 丸山先生	初級 11:00-12:30 佐藤先生	中級 10:30-12:00 栗山先生		
12:00													
12:15													
12:30													
12:45													
1:00													
1:15	中級 13:00-14:30 中村先生	ボワント初級 12:45-13:30 袖山先生	ボワント初級 12:15-13:00 沖山先生	ボワント基礎 12:45-13:30 未定	ピラティス 12:30-13:30 大井田先生	ボワント基礎 12:15-13:00 伊藤先生	ボワント初級 13:15-14:00 盧先生	中級 12:30-14:00 大井田先生	CTDリハ 12:45-14:45 前田先生 小林美奈先生 丸山先生	中級 12:30-14:00 盧先生	ボワント中級 12:15-13:15 栗山先生		
1:30													
1:45													
2:00													
2:15													
2:30													
2:45													
3:00	ボワント中級 14:45-15:45 中村先生	ビギナー/60分 14:00-15:00 袖山先生	シンデレラ 13:30-15:00 小林美奈先生	基礎Va 13:45-15:15 大井田先生	初級 13:15-14:45 未定	中級/100分 13:15-14:55 小林美奈先生	ボワント初級 13:15-14:00 盧先生	ボワント中級 14:15-15:15 大井田先生	基礎 13:00-14:30 未定	ボワント基礎 14:45-15:30 小林美奈先生	ビギナー 14:00-15:30 佐藤先生	スクール	
3:15													
3:30													
3:45													
4:00													
4:15													
4:30													
4:45													
5:00													
5:15													
5:30													
5:45													
6:00													
6:15													
6:30													
6:45													
7:00													
7:15													
7:30													
7:45													
8:00													
8:15													
8:30													
8:45													
9:00													
9:15													
9:30													
9:45													

※スケジュール・担当講師は館内掲示板でのお知らせにより変更となる場合がございます。

※GYROKINESIS(R)はGyrotonic Sales Corpの登録商標であり米国本部の許可を得て使用しております。

吉祥寺クラスタイムスケジュール 2025年10月

10/13(月・祝)		10/14(火)		10/15(水)		10/16(木)		10/17(金)		10/18(土)		10/19(日)	
Ashton	MacMillan	Ashton	MacMillan	Ashton	MacMillan	Ashton	MacMillan	Ashton	MacMillan	Ashton	MacMillan	Ashton	MacMillan
9:30													
9:45													
10:00													
10:15													
10:30													
10:45													
11:00		初級 10:30-12:00		基礎 10:30-12:00			基礎強化 10:30-12:00	シンデレラ 10:30-12:00			スクール		中級 10:30-12:00
11:15	初級 11:00-12:30		基礎 11:00-12:30	伊藤先生	ストレッチ 11:00-12:00		伊藤先生	辻久美子先生	ビギナー 11:00-12:30			初級 11:00-12:30	袖山先生
11:30	袖山先生	ジャイロキネシス® 11:30-12:30	山田 蘭先生		辻久美子先生	初級 11:30-13:00	(ジャンプ)		盧先生	スクール	基礎 11:30-13:00	佐藤先生	
11:45		細田先生											
12:00													
12:15													
12:30													
12:45													
1:00		ボワント初級 12:15-13:00	沖山先生	ボワント基礎 12:30-13:30	伊藤先生							ボワント初級 12:45-13:30	袖山先生
1:15	中級 13:00-14:30	袖山先生	山田 蘭先生	大井田先生				中級 12:30-14:00		中級 12:30-14:00		佐藤先生	
1:30										小林美奈先生	ボワント基礎 13:15-14:00		
1:45													
2:00	中村先生												
2:15		ビギナー/60分 14:00-15:00	小林美奈先生	基礎Va 13:45-15:15	辻久美子先生							ビギナー 14:00-15:30	
2:30													
2:45	ボワント中級 14:45-15:45	袖山先生		大井田先生								佐藤先生	
3:00													
3:15													
3:30	中村先生												
3:45													
4:00													
4:15													
4:30													
4:45													
5:00													
5:15													
5:30													
5:45													
6:00													
6:15													
6:30													
6:45													
7:00													
7:15													
7:30													
7:45													
8:00													
8:15													
8:30													
8:45													
9:00													
9:15													
9:30													
9:45													

※スケジュール・担当講師は館内掲示板でのお知らせにより変更となる場合がございます。
 ※GYROKINESIS(R)はGyrotonic Sales Corpの登録商標であり米国本部の許可を得て使用しております。

吉祥寺クラスタイムスケジュール 2025年10月

10/20(月)		10/21(火)		10/22(水)		10/23(木)		10/24(金)		10/25(土)		10/26(日)	
Ashton	MacMillan	Ashton	MacMillan	Ashton	MacMillan	Ashton	MacMillan	Ashton	MacMillan	Ashton	MacMillan	Ashton	MacMillan
9:30													
9:45													
10:00													
10:15													
10:30													
10:45													
11:00		初級 10:30-12:00		基礎 10:30-12:00			基礎強化 10:30-12:00				スクール		中級 10:30-12:00
11:15	初級 11:00-12:30		基礎 11:00-12:30	伊藤先生	ストレッチ 11:00-12:00		辻久美子先生	はじめてバレエ 11:00-11:45	ビギナー 11:00-12:30			初級 11:00-12:30	栗山先生
11:30	袖山先生	ジャイロキネシス® 11:30-12:30	辻久美子先生		辻久美子先生	初級 11:30-13:00	(ジャンプ)	辻久美子先生	小林美奈先生	スクール	基礎 11:30-13:00	佐藤先生	
11:45		細田先生											
12:00													
12:15													
12:30		ボワント初級 12:15-13:00		ボワント基礎 12:15-13:00		本梨緒先生					丸山先生		ボワント中級 12:15-13:15
12:45		沖山先生	ボワント基礎 12:45-13:30	大井田先生	ピラティス 12:30-13:30			中級 12:30-14:00		中級 12:30-14:00		ボワント初級 12:45-13:30	栗山先生
1:00	中級 13:00-14:30	ボワント初級 12:45-13:30	辻久美子先生										
1:15		袖山先生								小林美奈先生	ボワント基礎 13:15-14:00	佐藤先生	
1:30						初級 13:15-14:45		大井田先生	基礎 13:00-14:30		丸山先生		
1:45	中村先生	シンデレラ 13:30-15:00			基礎Va 13:45-15:15	辻久美子先生	中級/100分 13:15-14:55	ボワント初級 13:15-14:00	辻久美子先生				
2:00							小林美奈先生	本梨緒先生					
2:15		ビギナー/60分 14:00-15:00	小林美奈先生										
2:30													
2:45	ボワント中級 14:45-15:45	袖山先生						ボワント中級 14:15-15:15		ボワント中級 14:15-15:15		ビギナー 14:00-15:30	
3:00								大井田先生	ボワント基礎 14:45-15:30	小林美奈先生		佐藤先生	
3:15													
3:30	中村先生	ヴァリエーション 15:15-16:15				スクール		伊藤先生					
3:45		小林美奈先生					ボワント中級 15:15-16:15						
4:00							小林美奈先生						
4:15													
4:30		キトリ第3Va.		スクール	スクール							初級 16:00-17:30	
4:45												栗山先生	
5:00													
5:15													
5:30													
5:45													
6:00													
6:15													
6:30	スクール	スクール		スクール	スクール								
6:45													
7:00													
7:15													
7:30		初級 19:30-21:00											
7:45													
8:00													
8:15	スクール	松岡先生	大人コンテ 19:45-21:15		初級 19:45-21:15								
8:30													
8:45			愛智先生										
9:00													
9:15													
9:30													
9:45													

※スケジュール・担当講師は館内掲示板でのお知らせにより変更となる場合がございます。

※GYROKINESIS(R)はGyrotonic Sales Corpの登録商標であり米国本部の許可を得て使用しております。

吉祥寺クラスタイムスケジュール 2025年10月

10/27(月)		10/28(火)		10/29(水)		10/30(木)		10/31(金)					
Ashton	MacMillan	Ashton	MacMillan	Ashton	MacMillan	Ashton	MacMillan	Ashton	MacMillan	Ashton	MacMillan	Ashton	MacMillan
9:30													9:30
9:45													9:45
10:00													10:00
10:15													10:15
10:30													10:30
10:45													10:45
11:00		初級 10:30-12:00		基礎 10:30-12:00			基礎強化 10:30-12:00	シンデレラ 10:30-12:00					11:00
11:15	初級 11:00-12:30	沖山先生	基礎 11:00-12:30	伊藤先生	ストレッチ 11:00-12:00		辻久美子先生	辻久美子先生	ビギナー 11:00-12:30				11:15
11:30	袖山先生		辻久美子先生		辻久美子先生	初級 11:30-13:00	(ジャンプ)		盧先生				11:30
11:45		細田先生				盧先生							11:45
12:00													12:00
12:15		ボワント初級 12:15-13:00		ピラティス 12:30-13:30	ボワント基礎 12:15-13:00								12:15
12:30		沖山先生	ボワント基礎 12:45-13:30	大井田先生	伊藤先生			中級 12:30-14:00					12:30
12:45			辻久美子先生										12:45
1:00	中級 13:00-14:30	ボワント初級 12:45-13:30											1:00
1:15	袖山先生							大井田先生	基礎 13:00-14:30				1:15
1:30		シンデレラ 13:30-15:00		基礎Va 13:45-15:15	初級 13:15-14:45	中級/100分 13:15-14:55	ボワント初級 13:15-14:00		辻久美子先生				1:30
1:45	中村先生			大井田先生	辻久美子先生	小林美奈先生	盧先生						1:45
2:00		ビギナー/60分 14:00-15:00	小林美奈先生										2:00
2:15													2:15
2:30	ボワント中級 14:45-15:45	袖山先生						ボワント中級 14:15-15:15					2:30
2:45								大井田先生	ボワント基礎 14:45-15:30				2:45
3:00	中村先生				スクール	ボワント中級 15:15-16:15	伊藤先生		小林美奈先生				3:00
3:15		ヴァリエーション 15:15-16:15				小林美奈先生							3:15
3:30		小林美奈先生											3:30
3:45		キトリ第3Va.		スクール									3:45
4:00													4:00
4:15													4:15
4:30									スクール				4:30
4:45													4:45
5:00		スクール											5:00
5:15													5:15
5:30								スクール					5:30
5:45		スクール		スクール	スクール								5:45
6:00													6:00
6:15	スクール		スクール										6:15
6:30													6:30
6:45		スクール											6:45
7:00													7:00
7:15													7:15
7:30		初級 19:30-21:00						いっしょクラス シンデレラ 19:00-20:30					7:30
7:45													7:45
8:00	スクール	松岡先生	大人コンテ 19:45-21:15	初級 19:45-21:15			上級 19:45-21:15	小林美奈先生					8:00
8:15								ゲスト・梅木那央さん					8:15
8:30			愛智先生	中井先生			辻梨花先生						8:30
8:45													8:45
9:00													9:00
9:15													9:15
9:30													9:30
9:45													9:45

※スケジュール・担当講師は館内掲示板でのお知らせにより変更となる場合がございます。

※GYROKINESIS(R)はGyrotonic Sales Corpの登録商標であり米国本部の許可を得て使用しております。