

吉祥寺クラスタイムスケジュール 2025年11月

										11/1(土)		11/2(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													
11:00													
11:15													
11:30													
11:45													
12:00													
12:15													
12:30													
12:45													
1:00													
1:15													
1:30													
1:45													
2:00													
2:15													
2:30													
2:45													
3:00													
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11月

11/3(月・祝)		11/4(火)		11/5(水)		11/6(木)		11/7(金)		11/8(土)		11/9(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		辻久美子先生	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		ボワント初級 12:15-13:00				盧先生					丸山先生		ボワント中級 12:15-13:15
12:30													
12:45		ボワント初級 12:45-13:30	ボワント基礎 12:45-13:30	ピラティス 12:30-13:30	ボワント基礎 12:15-13:00			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	袖山先生	辻久美子先生	大井田先生	伊藤先生							佐藤先生	
1:15										小林美奈先生	ボワント基礎 13:15-14:00		
1:30						初級 13:15-14:45	中級/100分 13:15-14:55	ボワント初級 13:15-14:00	基礎 13:00-14:30	小林美奈先生	丸山先生		
1:45	小林美奈先生		シンデレラ 13:30-15:00	基礎Va 13:45-15:15	辻久美子先生	小林美奈先生	小林美奈先生						スクール
2:00			スクール										
2:15		ビギナー/60分 14:00-15:00	小林美奈先生	大井田先生				ボワント中級 14:15-15:15		ボワント中級 14:15-15:15	スクール	ビギナー 14:00-15:30	
2:30		袖山先生		オデットVa.	スクール			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	
2:45	イベントクラス 14:45-15:45												
3:00													
3:15	小林美奈先生		ヴァリエーション 15:15-16:15			ボワント中級 15:15-16:15							
3:30	くるみ雪のシーン		小林美奈先生			小林美奈先生							
3:45													
4:00			ライモンダ ピチカート	スクール	スクール					スクール		初級 16:00-17:30	
4:15												栗山先生	
4:30													
4:45													
5:00													
5:15			スクール			スクール		スクール		スクール	スクール		
5:30													
5:45													
6:00				スクール								ボワント初級 17:45-18:30	
6:15												栗山先生	
6:30													
6:45			スクール										
7:00								スクール					
7:15													
7:30													
7:45													
8:00			大人コンテ 19:45-21:15	初級 19:45-21:15									
8:15						スクール	上級 19:45-21:15						
8:30			愛智先生	中井先生			辻梨花先生						
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11月

11/10(月)		11/11(火)		11/12(水)		11/13(木)		11/14(金)		11/15(土)		11/16(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		ストレッチ 11:00-12:00		辻久美子先生	山田夏生先生	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	伊藤先生	辻久美子先生	初級 11:30-13:00			盧先生			佐藤先生	
11:45		細田先生								スクール	基礎 11:30-13:00		
12:00													
12:15													
12:30													
12:45													
1:00	ボワント初級 12:45-13:30		ボワント基礎 12:45-13:30		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
1:15	中級 13:00-14:30	袖山先生	辻久美子先生	大井田先生				大井田先生	基礎 13:00-14:30	小林美奈先生	ボワント基礎 13:15-14:00	佐藤先生	
1:30													
1:45	中村先生												
2:00													
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	中級 13:15-14:45	伊藤先生						
2:30													
2:45	ボワント中級 14:45-15:45	袖山先生		大井田先生									
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	スクール	スクール		スクール	スクール	スクール		スクール		スクール	スクール	初級 16:00-17:30	栗山先生
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11月

11/17(月)		11/18(火)		11/19(水)		11/20(木)		11/21(金)		11/22(土)		11/23(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		辻久美子先生	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 12:45-13:30		パークラス 12:30-13:30	ボワント基礎 12:15-13:00	盧先生		中級 12:30-14:00		中級 12:30-14:00	丸山先生	ボワント初級 12:45-13:30	ボワント中級 12:15-13:15
1:15	中級 13:00-14:30	袖山先生	ボワント基礎 12:45-13:30	栗山先生	伊藤先生			辻久美子先生	基礎 13:00-14:30	小林美奈先生	ボワント基礎 13:15-14:00	佐藤先生	栗山先生
1:30			辻久美子先生			初級 13:15-14:45	中級/100分 13:15-14:55	ボワント初級 13:15-14:00					
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	小林美奈先生	小林美奈先生	ポワント中級 14:15-15:15	小林美奈先生	ポワント中級 14:15-15:15	丸山先生		
2:00			スクール	栗山先生				ビギナー 14:30-16:00	ポワント基礎 14:45-15:30	小林美奈先生		ビギナー 14:00-15:30	スクール
2:15		ビギナー/60分 14:00-15:00	小林美奈先生	オデットVa.				辻久美子先生	小林美奈先生	小林美奈先生		佐藤先生	
2:30	ボワント中級 14:45-15:45	袖山先生											
2:45													
3:00	中村先生		ヴァリエーション 15:15-16:15			ボワント中級 15:15-16:15	小林美奈先生						
3:15			小林美奈先生										
3:30													
3:45			ライモンダ ピチカート	スクール	スクール					スクール		初級 16:00-17:30	
4:00												栗山先生	
4:15													
4:30													
4:45													
5:00			スクール										
5:15													
5:30													
5:45													
6:00		スクール		スクール								ボワント初級 17:45-18:30	
6:15												栗山先生	
6:30	スクール												
6:45			スクール	スクール									
7:00													
7:15													
7:30		🌸初級 19:30-21:00											
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		スクール	🌸上級 19:45-21:15		🌸シンデレラ 19:00-20:30	小林美奈先生			
8:15													
8:30			愛智先生	中井先生									
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11月

11/24(月・祝)		11/25(火)		11/26(水)		11/27(木)		11/28(金)		11/29(土)		11/30(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		辻久美子先生	辻久美子先生	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	吉田雪菜先生		辻久美子先生	初級 11:30-13:00			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		ボワント初級 12:15-13:00		ボワント基礎 12:15-13:00		盧先生					丸山先生		ボワント中級 12:15-13:15
12:45		ボワント初級 12:45-13:30	ボワント基礎 12:45-13:30	ピラティス 12:30-13:30	伊藤先生			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		袖山先生	吉田雪菜先生	大井田先生								佐藤先生	
1:15	中級 13:00-14:30				初級 13:15-14:45	中級/100分 13:15-14:55	ボワント初級 13:15-14:00	大井田先生	基礎 13:00-14:30	小林美奈先生	ボワント基礎 13:15-14:00		
1:30					辻久美子先生	小林美奈先生	盧先生		辻久美子先生		丸山先生		
1:45	高橋怜衣先生			基礎Va 13:45-15:15									
2:00		ビギナー/60分 14:00-15:00	小林美奈先生	大井田先生									
2:15													
2:30	ボワント中級 14:45-15:45	袖山先生		オデットVa.	スクール		ビギナー 14:30-16:00	ボワント中級 14:15-15:15	ボワント基礎 14:45-15:30	ボワント中級 14:15-15:15	スクール	ビギナー 14:00-15:30	
2:45							伊藤先生	大井田先生	小林美奈先生	小林美奈先生		佐藤先生	
3:00													
3:15	高橋怜衣先生		ヴァリエーション 15:15-16:15			ボワント中級 15:15-16:15							
3:30			小林美奈先生			小林美奈先生							
3:45													
4:00	シンデレラ 16:00-17:30		ライモンダ ピチカート	スクール						スクール		初級 16:00-17:30	
4:15													
4:30	高橋怜衣先生											栗山先生	
4:45													
5:00													
5:15			スクール			スクール		スクール		スクール			
5:30													
5:45													
6:00	スクール	スクール		スクール		スクール				スクール		ボワント初級 17:45-18:30	
6:15												栗山先生	
6:30			スクール	スクール									
6:45								スクール			ビギナー/60分 18:30-19:30		
7:00										スクール	大井田先生		
7:15													
7:30													
7:45													
8:00	スクール		大人コンテ 19:45-21:15	初級 19:45-21:15		スクール	上級 19:45-21:15		シンデレラ 19:00-20:30				
8:15							辻梨花先生		小林美奈先生				
8:30			愛智先生	中井先生									
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。