

2017年10月 BRASTON ダンスレッスンスケジュール

2017.9.16 現在

月	火	水	木	金	土	日	
日付						1	
レッスン時間						13:20-14:40 15:20-16:40	
ダンスジャンル チーム名						メンズジャズダンス D-Bresh アムロダンス Ambless	
内容	この日から ZUMBA レッスン 新規スタート!! 参加者全員無料♪					バレエバーで基礎を 中心に、踊りは 男性のカッコ良さを 引き出します。 ★★☆☆☆	安室奈美恵曲のみの ダンスレッスン ☆☆☆☆☆
ダンスレベル						☆☆☆☆☆	
スタジオ場所						Kaveri(横浜) Kaveri(横浜)	
2	3	4	5	6	7	8	
	15:10-16:10	19:15-20:15	20:00-21:20	21:00-22:15	16:15-17:25		
	ZUMBA ダンスエクササイズ FreelyJ	カラダが叫ぶ人のための ワークショプ Binesh	エンターテイメントダンス FREBY	アーティストダンス LIB-J	アーティストダンス LIB-J		
	テンポの良い音楽に合わせ て楽しくカラダを動かす エクササイズ! どなたでも楽しんで いただけます♪ ☆☆☆☆☆	カラダ全体をゆっくりと 動かしながら、 柔らかく ほくしていきます。 ☆☆☆☆☆	ジャズダンスをベース パラエティに富んだ ダンスレッスン ★★☆☆☆	安室奈美恵 「Sexy Girl」 第1回(全2回) ☆☆☆☆☆	安室奈美恵 「How to be a Girl」 ☆☆☆☆☆		
	横浜市戸塚スポーツセンター	横浜市戸塚スポーツセンター	ISダンススタジオ(川崎)	ISダンススタジオ(川崎)	studio mission(渋谷)		
9	10	11	12	13	14	15	
	15:10-16:10	19:10-20:30	20:00-21:20	21:00-22:15		13:20-14:40 15:20-16:40	
	ZUMBA ダンスエクササイズ FreelyJ	ボディコミュニケーション Binesh	エンターテイメントダンス FREBY	アーティストダンス LIB-J		アムロダンス Ambless メンズジャズダンス D-Bresh	
	テンポの良い音楽に合わせ て楽しくカラダを動かす エクササイズ! どなたでも楽しんで いただけます♪ ☆☆☆☆☆	カラダのコントロール方法、 リズムの取り方をゆっくり と習得していきます。 ☆☆☆☆☆	ジャズダンスをベース パラエティに富んだ ダンスレッスン ★★☆☆☆	安室奈美恵 「Sexy Girl」 第2回(全2回) ☆☆☆☆☆		安室奈美恵曲のみの ダンスレッスン ☆☆☆☆☆	
	横浜市戸塚スポーツセンター	横浜市戸塚スポーツセンター	ISダンススタジオ(川崎)	ISダンススタジオ(川崎)		Kaveri(横浜) Kaveri(横浜)	
16	17	18	19	20	21	22	
	15:10-16:10	19:15-20:15	20:00-21:20	21:00-22:15	14:15-15:25		
	ZUMBA ダンスエクササイズ FreelyJ	ヒーリングストレッチ Binesh	エンターテイメントダンス FREBY	アーティストダンス LIB-J	アーティストダンス LIB-J		
	テンポの良い音楽に合わせ て楽しくカラダを動かす エクササイズ! どなたでも楽しんで いただけます♪ ☆☆☆☆☆	呼吸を整えながら カラダをリラックスさせ、 心身共に心地良い 状態にしていきます。 ☆☆☆☆☆	ジャズダンスをベース パラエティに富んだ ダンスレッスン ★★☆☆☆	嵐 「Believe」 ☆☆☆☆☆	安室奈美恵 「FAST CAR」 第1回(全2回) ★★☆☆☆		
	横浜市戸塚スポーツセンター	横浜市戸塚スポーツセンター	ISダンススタジオ(川崎)	ISダンススタジオ(川崎)	studio mission(渋谷)		
23	24	25	26	27	28	29	
			20:00-21:20	21:00-22:15	14:15-15:25		
			エンターテイメントダンス FREBY	アーティストダンス LIB-J	アーティストダンス LIB-J		
			ジャズダンスをベース パラエティに富んだ ダンスレッスン ★★☆☆☆	BoA 「Valenti」 ☆☆☆☆☆	安室奈美恵 「FAST CAR」 第2回(全2回) ★★☆☆☆		
			ISダンススタジオ(川崎)	ISダンススタジオ(川崎)	studio mission(渋谷)		
30	31						
	15:10-16:10						
	ZUMBA ダンスエクササイズ FreelyJ						
	テンポの良い音楽に合わせ て楽しくカラダを動かす エクササイズ! どなたでも楽しんで いただけます♪ ☆☆☆☆☆						
	横浜市戸塚スポーツセンター						

◆ ISダンススタジオ
地図
神奈川県川崎市川崎区東田町4-11
ISビル2F

◆ スタジオKaveri
地図
神奈川県横浜市神奈川区台町16-4
神台ハイムB1

◆ studio mission
地図
東京都渋谷区道玄坂2-10-12
新大井ビル4号館
※ スタジオ：907号室

◆ 横浜市戸塚スポーツセンター
地図
神奈川県横浜市戸塚区上倉田町477
※ スタジオ：研修室

☆☆☆☆☆=入門, ☆☆☆☆☆=初級, ★☆☆☆☆=初中級, ★★☆☆☆=初中級~中級
※ ダウンロード(PDFファイル)の「チーム名」,「スタジオ場所」をクリックすると詳細のリンク先に飛びます。