

| 月曜日 | | | | |
|------------------------|-----------------------|------------------------|-----------------------|--|
| 表参道 | | 渋谷 | | |
| 1 | 2 | A | B | C |
| プロフェッショナル / アドリブス | 90分 バレレッスン | レベルフリー (初級以上) | 入門3 | バー・アスティエ |
| 10:30・12:00 折井 元子 | 10:30・12:00 大和 雅美 | 10:30・12:00 長谷川 智佳子 | 10:30・12:00 若淵 美希 | 10:30・12:00 小山 恵 |
| プロフェッショナル / アドリブス | 入門1 | ポワント初級 | 初中級 | フェルデンクライス |
| 12:15・13:45 大和 雅美 | 12:15・13:45 中村 啓子 | 12:15・13:45 長谷川 智佳子 | 12:15・13:45 宇地原 舞依 | 12:15・13:45 澤田 泰二郎 |
| レベルフリー (初級以上) | 初級 | レベルフリー (初級以上) | 初級 | ★ポワント 13:55・14:40 宇地原 舞依 |
| 14:00・15:30 渡辺 恭子 | 14:00・15:30 高橋 竜太 | 14:00・15:30 新村 純一 | 14:00・15:30 吉岡 真友子 | |
| 初中級 | 初級 | 入門2 | ヴァリエーション | リトルバレエ |
| 15:40・17:10 西村 真由美 | 15:40・17:10 白根 祐子 | 15:40・17:10 岡 陽子 | 15:40・17:10 吉岡 真友子 | 15:50・16:50 高橋 里奈 |
| 初中級 | あなたのための ヴァリエーション | 入門3 | ポワント入門 | ジュニアバレエ |
| 17:20・18:50 根岸 澄宜 | 17:25・18:50 西村 真由美 | 17:20・18:50 岡 陽子 | 17:20・18:50 根本 佳奈 | 17:00・18:15 高橋 里奈 ★ポワント 18:20・18:40 |
| レベルフリー (初級以上) | 初級 | 初中級 | 初級 | ストレッチ+ 入門1 |
| 19:00・20:30 長谷川 智佳子 | 19:00・20:30 根本 文 | 19:00・20:30 足立 真里亜 | 19:00・20:30 吉田 真由美 | 19:00・20:30 小川 華奈江 |
| 初中級 | 入門2 | ポワント初級 | 初級 | 入門向け ブラッシュアップ クラス 2/2,9開講 |
| 20:40・22:10 久保 藍一 | 20:40・22:10 桑原 文生 | 20:40・22:10 宇地原 舞依 | 20:40・22:10 石川 龍之介 | 20:40・22:10 小川 華奈江 |

| 火曜日 | | | | |
|------------------------|--|----------------------|---|--------------------------|
| 表参道 | | 渋谷 | | |
| 1 | 2 | A | B | C |
| プロフェッショナル / アドリブス | 親子バレエ ^{※1} リトミック 10:15・10:55 若林 幸子 ストレッチ &ピラティス 2/10,24開講 | レベルフリー (初級以上) | 初級 | ポワント入門 |
| 10:30・12:00 マシモ アクリ | 10:30・12:00 堀子 | 10:30・12:00 鈴木 未央 | 10:30・12:00 中村 真紀子 | 10:30・12:00 高田 早織 |
| 初中級 | 初級 | ポワント初級 | ヴァリエーション | 入門3 ～初級への ステップアップ～ |
| 12:15・13:45 前田 新奈 | 12:15・13:45 上原 絵美 | 12:15・13:45 鈴木 未央 | 12:15・13:45 中村 真紀子 | 12:15・13:45 高田 早織 |
| 初中級 | あなたのための ヴァリエーション 14:00・15:10 前田 新奈 | 初中級 | 初級 | 入門1 |
| 14:00・15:30 根岸 澄宜 | 14:00・15:30 ウェザフォード美理 | 14:00・15:30 白根 祐子 | 14:00・15:30 小川 華奈江 | |
| ポワント初級 | 初級 (入門2,3 Welcome) | ポワント初級 | ポワント 超入門 | 入門2 |
| 15:40・17:10 西村 真由美 | 15:40・17:10 根本 佳奈 | 15:40・17:10 白根 祐子 | 15:40・17:10 ウェザフォード美理 | 15:40・17:10 小川 華奈江 |
| NEW 初級 | あなたのための ヴァリエーション | レベルフリー (初級以上) | あなたのための ヴァリエーション 17:20・18:30 白根 祐子 | |
| 17:20・18:50 八幡 顕光 | 17:20・18:50 根本 佳奈 | 17:20・18:50 高橋 竜太 | | |
| レベルフリー (初級以上) | 入門1 | 中級 | 入門3 | ポワント入門 |
| 19:00・20:30 近藤 美緒 | 19:00・20:30 新里 栗利絵 | 19:00・20:30 大和 雅美 | 19:00・20:30 岡 陽子 | 19:00・20:30 大内 麻利 |
| NEW 初級 | ポワント初級 | 初中級 | 初級 | 入門1 |
| 20:40・22:10 山田 夏生 | 20:40・22:10 根本 文 | 20:40・22:10 大和 雅美 | 20:40・22:10 本馬 亜紗花 | 20:40・22:10 岡 陽子 |

| 水曜日 | | | | |
|----------------------|---|------------------------|------------------------------------|--|
| 表参道 | | 渋谷 | | |
| 1 | 2 | A | B | C |
| プロフェッショナル / アドリブス | 初級 | 中級 プロアドリブ 使用可 | 初級 | 入門1 |
| 10:30・12:00 折井 元子 | 10:30・12:00 横田 智沙 | 10:30・12:00 多々納 みわ子 | 10:30・12:00 河合 真里 | 10:30・12:00 猪俣 陽子 |
| 中級 | 入門3 | 初級 | バド・ドゥ初級 ※詳細はHPを ご確認ください | 入門2 |
| 12:15・13:45 折井 元子 | 12:15・13:45 服部 えこ | 12:15・13:45 前田 新奈 | 12:15・13:45 泊 陽平 | 12:15・13:45 猪俣 陽子 |
| 初中級 | 初級 | ポワント初級 | レベルフリー (初級以上) | ピラティス + バレレッスン |
| 14:00・15:30 近藤 美緒 | 14:00・15:30 岩淵 美希 | 14:00・15:30 長谷川 智佳子 | 14:00・15:30 西村 真由美 | 13:55・15:25 Mino |
| 初級 | ポワント 超入門 | 初級 | ★ヴァリエーション 15:45・16:45 西村 真由美 | アップ付き あなたのための ヴァリエーション 15:35・17:45 根本 佳奈 |
| 15:40・17:10 近藤 美緒 | 15:40・17:10 吉田 早織 | 15:40・17:10 鈴木 利絵子 | | |
| NEW 初級 | 入門3 ～初級への ステップアップ～ 17:20・18:50 岡 陽子 | レベルフリー (初級以上) | | |
| 17:20・18:50 岡 陽子 | 17:20・18:50 吉田 早織 | 17:20・18:50 根岸 澄宜 | | |
| 中級 | 入門2 | 初中級 | 初級 | 入門3 |
| 19:00・20:30 八幡 顕光 | 19:00・20:30 大和 雅美 | 19:00・20:30 杉山 桃子 | 19:00・20:30 岡 博美 | 19:00・20:30 伊原 佳奈子 |
| NEW 中級 | レベルフリー (初級以上) | 初級 | 入門2 | コンテンポラリー ダンス |
| 20:40・22:10 大和 雅美 | 20:40・22:10 八幡 顕光 | 20:40・22:10 宇地原 舞依 | 20:40・22:10 伊原 佳奈子 | 20:40・22:10 柳田 祥光 |

| 木曜日 | | | | |
|-----------------------|--|------------------------|-----------------------|-----------------------|
| 表参道 | | 渋谷 | | |
| 1 | 2 | A | B | C |
| プロフェッショナル / アドリブス | バレエのための ジャイロキネシス [※] | 中級 プロアドリブ 使用可 | 初中級 | ポワント 超入門 |
| 10:30・12:00 矢部 亮子 | 10:30・12:00 秋満 彩子 | 10:30・12:00 朝枝 めぐみ | 10:30・12:00 本馬 亜紗花 | 10:30・12:00 蘭格 千香 |
| 初中級 | 初級 | ポワント入門 | 初級 | 入門2 |
| 12:15・13:45 矢部 亮子 | 12:15・13:45 秋満 彩子 | 12:15・13:45 長谷川 智佳子 | 12:15・13:45 蘭格 千香 | 12:15・13:45 服部 えこ |
| 初級 | 入門1 | ヴァリエーション | バド・ドゥのための クラス | ポワント 超入門 |
| 14:00・15:30 永橋 あゆみ | 14:00・15:30 河合 真里 | 14:00・15:30 長谷川 智佳子 | 14:00・15:30 大槻 政徳 | 14:00・15:30 中村 啓子 |
| ポワント初級 | リトルバレエ | レベルフリー (初級以上) | ヴァリエーション 超入門 | |
| 15:40・17:10 永橋 あゆみ | 15:45・16:45 若林 幸子 | 15:40・17:10 根本 佳奈 | 15:40・17:10 丸山 まどか | |
| NEW 初中級 | ジュニアバレエ | ヴァリエーション | 初級 | |
| 17:20・18:50 清水 健太 | 16:55・18:10 若林 幸子 ★ポワント 18:15・18:35 | 17:20・18:50 根本 佳奈 | 17:20・18:50 岡 博美 | |
| 初中級 | 初級 | 入門3 | 入門2 アナトミー・バレエ | |
| 19:00・20:30 八幡 顕光 | 19:00・20:30 大和 雅美 | 19:00・20:30 杉山 桃子 | 19:00・20:30 岡 博美 | 19:00・20:30 丸山 まどか |
| NEW 中級 | レベルフリー (初級以上) | 初級 | 入門2 | |
| 20:40・22:10 大和 雅美 | 20:40・22:10 八幡 顕光 | 20:40・22:10 宇地原 舞依 | 20:40・22:10 伊原 佳奈子 | 20:40・22:10 柳田 祥光 |

| 金曜日 | | | | |
|------------------------|--|---------------------------------------|-----------------------|----------------------------------|
| 表参道 | | 渋谷 | | |
| 1 | 2 | A | B | C |
| プロフェッショナル / アドリブス | 初中級 | 中上級 プロアドリブ 使用可 | 初中級 | フェルデン クライス |
| 10:30・12:00 高岸 直樹 | 10:30・12:00 吉岡 真友子 | 10:30・12:00 多々納 みわ子 | 10:30・12:00 高尾 恭代 | 10:30・12:00 澤田 泰二郎 |
| 初中級 | ★ポワント 12:10・12:50 吉岡 真友子 | ポワント 初中級 | 初級 | バレエのための ジャイロキネシス [※] |
| 12:15・13:45 長谷川 智佳子 | 入門1 (ストレッチ多め) | 12:15・13:45 多々納 みわ子 | 12:10・13:40 高尾 恭代 | 12:10・13:40 猪俣 陽子 |
| 初級 | 入門3 (ストレッチ多め) 本吉 由実 | 初級 15:40・初級との 連続受講は 不可となります。 | ポワント初級 | ★ポワント 13:50・14:30 高尾 恭代 |
| 14:00・15:30 長谷川 智佳子 | 入門3 (ストレッチ多め) ※ポワント受講可 | 14:00・15:30 矢部 亮子 | 13:50・15:20 白根 祐子 | 14:40・15:30 若林 幸子 |
| 初級 | 14:40・16:10 本吉 由実 | 初級 14:00・初級との 連続受講は 不可となります。 | ポワント初級 | リトルバレエ |
| 15:40・17:10 吉田 早織 | ジュニアバレエ | 15:40・17:10 矢部 亮子 | 15:40・17:10 矢島 みなみ | 15:40・16:40 若林 幸子 |
| 初級 | 16:40・17:55 本吉 由実 ★ポワント 18:00・18:20 | ★ヴァリエーション 17:20・18:20 矢部 亮子 | 初級 (入門3welcome) | ジュニアバレエ |
| 17:20・18:50 夏山 周久 | 17:20・18:50 夏山 周久 | 17:20・18:50 服部 えこ | 17:20・18:50 根本 文 | |
| レベルフリー (初級以上) | 初級 | 初中級 | 入門3 | 入門2 アナトミー・バレエ |
| 19:00・20:30 夏山 周久 | 19:00・20:30 中島 映理子 | 19:00・20:30 岡 博美 | 19:00・20:30 丸山 まどか | |
| NEW 初級 | バド・ドゥ初級 2/6,27開講 ※詳細はHPを ご確認ください | 20:20・21:50 中島 啓博 | 20:40・22:10 講師交替わり | |

| 土曜日 | | | | |
|--|------------------------------|------------------------|-----------------------------|---------------------------|
| 表参道 | | 渋谷 | | |
| 1 | 2 | A | B | C |
| プロフェッショナル / アドリブス | 入門2 | 初中級 | 入門1 | ポワント 超入門 (フジセンターあり) |
| 10:30・12:00 夏山 周久 | 10:30・12:00 鳥嶋 彩 | 10:30・12:00 近藤 美緒 | 10:30・12:00 若本 悠里 | 10:30・12:00 萩野 日子 |
| 初級 | ポワント 初級 | レベルフリー (初級以上) | ピラティス + バレレッスン | 入門3 |
| 12:15・13:45 夏山 周久 | 12:15・13:45 高尾 恭代 | 12:10・13:40 近藤 美緒 | 12:10・13:40 Mino | 12:10・13:40 萩野 日子 |
| ポワント 初中級 | ポワント入門 | 初級 | ヴァリエーション | 入門1.5 |
| 14:00・15:30 高尾 恭代 | 14:00・15:30 鈴木 利絵子 | 14:00・15:30 長谷川 智佳子 | 13:50・15:20 杉山 桃子 | 13:50・15:20 服部 えこ |
| 初中級 | 入門3 | 初級 (入門3welcome) | 初中級 | 入門1 |
| 15:45・17:15 大和 雅美 | 15:45・17:15 岡 陽子 | 15:40・17:10 本吉 由実 | 15:30・17:00 杉山桃子 / 吉岡真友子 | 15:30・17:00 吉田 真由美 |
| レベルフリー (初級以上) | 初級 | レベルフリー (初級以上) | 入門3 | ポワント初級 |
| 17:30・19:00 大和 雅美 | 17:30・19:00 岡 陽子 | 17:20・18:50 長谷川 智佳子 | 17:10・18:40 吉田 真由美 | 17:10・18:40 根本 文 |
| 初中級 | ★ポワント 19:10・19:55 岡 陽子 | | | |
| 19:15・20:45 前田 新奈 | | | | |
| 【土曜日9:15～10:15 朝活クラス開催】 2月28日(土) @渋谷校Cスタジオ 鎌田真梨「モーニングフローズンヨガ」 ※詳細はHPをご確認ください。 | | | | |
| 特別ワークショップ スケジュールはこちらから▶ | | | | |

| 日曜日 | | | | |
|---|---|---|---|-----------------------|
| 表参道 | | 渋谷 | | |
| 1 | 2 | A | B | C |
| 上級 プロアドリブ 使用可 | 入門2 | 初中級 | 初級 | 入門1 |
| 10:30・12:00 夏山 周久 | 10:30・12:00 秋満 彩子 | 10:30・12:00 高尾 恭代 | 10:30・12:00 長谷川 智佳子 | 10:30・12:00 小川 華奈江 |
| 特別 ワークショップ 開講予定 ※詳しくは HPをご覧ください | 入門1 | 初中級 | 入門3 | 入門2 |
| | 12:10・13:40 秋満 彩子 | 12:10・13:40 長谷川 智佳子 | 12:10・13:40 吉田 真由美 | 12:10・13:40 小川 華奈江 |
| 入門1 | レベルフリー (初級以上) | ポワント初級 | 入門3 | |
| 13:50・15:20 伊原 佳奈子 | 13:50・15:20 清水 猛 | 13:50・15:20 吉田 真由美 | 13:50・15:20 小林 桃子 | |
| 初中級 | 特別 ワークショップ 開講予定 ※詳しくは HPをご覧ください | 特別 ワークショップ 開講予定 ※詳しくは HPをご覧ください | コンテンポラリー | ポワント入門 |
| 15:40・17:10 白根 祐子 | | 15:30・17:00 竹内 香美 | 15:30・17:00 根本 佳奈 | |
| 特別 ワークショップ 開講予定 ※詳しくは HPをご覧ください | | ヴァリエーション 入門 | 特別 ワークショップ 開講予定 ※詳しくは HPをご覧ください | |
| | | 17:10・18:40 根本 佳奈 | | |

イベント情報



2026.3.1 SUN
@表参道校
観覧募集

スタジオパフォーマンス

「オドリゴコロプチvol.26」開催！

2月14日(土)10:00～
観覧募集受付開始！

詳細はこちら▶



動画でクラスをチェック



レッスンの様子をYouTubeにて公開中！
クラスの雰囲気やレベル感をぜひ覗いてみて
ください♪チャンネル登録もお待ちしております！



今月の休講情報

2月はメンテナンステーはありません。
次回は、**3月3日(火)**となります。