# ANGEL R DANCE PALACE BALLET STUDIO 2022.7 JULY TIMETABLE

## OMOTESANDO, SHIBUYA & PARK AVENUE STUDIO

NEW 新しくスタートしたクラスです。　時間・内容に変更があったクラスです。　限定 期間限定のクラスです。

♪ 生ピアノでのレッスンです。(CDレッスンになる場合もあります)　□ ジュニア(1歳から小学6年生まで)の為の登録制クラスです。

●━● このマークでつながっている下のクラスは、上のクラスを受講しないと受ける事ができません。

## 月曜日

### 表参道 1
- ♪ プロフェッショナル／アドバンス 10:30▸12:00 折井 元子
- ♪ プロフェッショナル／アドバンス 12:15▸13:45 大和 雅美
- レベルフリー 14:00▸15:30 高橋 竜太
- ♪ 初中級 15:40▸17:10 西村 真由美
- ♪ 初中級 17:20▸18:50 根岸 澄宣
- ♪ 基礎〈ALL LEVEL〉 19:00▸20:30 長谷川 智佳子
- ♪ 初中級 プロアドチケット使用可 20:40▸22:10 久保 紘一

### 表参道 2
- 90分バーレッスン 10:30▸12:00 大和 雅美
- イントロダクション 12:15▸12:25 / 入門1 12:25▸13:45 中村 啓子
- 初級 14:00▸15:30 永橋 あゆみ
- 初級 15:40▸17:10 白椛 祐子
- あなたのためのヴァリエーション 17:20▸18:50 西村 真由美
- 入門3 19:00▸20:30 榎本 文
- 入門2 20:40▸22:10 桑原 文生

### 渋谷 A
- 基礎〈ALL LEVEL〉 10:30▸12:00 長谷川 智佳子
- ヴァリエーション 12:15▸13:45 長谷川 智佳子
- ポワント初級 14:00▸15:30 鈴木 利絵子
- 基礎〈ALL LEVEL〉 15:40▸17:10 鈴木 利絵子
- コンテンポラリー 17:20▸18:50 竹内 春美
- イントロダクション 19:00▸19:10 / 入門1 19:10▸20:30 小村 美沙
- 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

### 渋谷 B
- 入門3 10:30▸12:00 岩渕 美希
- 初中級 12:15▸13:45 宇地原 舞依
- ポワント入門（超入門 Welcome） 14:00▸15:30 阪井 麻美
- ヴァリエーション 15:40▸17:10 小黒 いちご
- あなたのためのヴァリエーション 17:20▸18:50 小黒 いちご
- 初中級 19:00▸20:30 河南 達郎

### 渋谷 C
- バー・アスティエ 10:30▸12:00 小山 恵
- フェルデンクライス 12:15▸13:45 澤田 泰二郎
- ★ポワント 13:55▸14:40 宇地原 舞依
- Petit Ballet 2 16:00▸17:00 高木 奈津子
- ジュニアレベル1 17:15▸18:30 高木 奈津子
- ポワント入門 19:00▸20:30 高木 奈津子
- アダジオクラス ※ポワント受講可 ※男性可 20:40▸22:10 大槻 政徳

### 公園通り Park Ave
- 初級 11:00▸12:30 鷹栖 千香
- ポワント入門 12:40▸14:10 鷹栖 千香
- 初級 14:20▸15:50 新村 純一
- 入門2 16:00▸17:30 岡 陽子
- 入門3 17:40▸19:10 岡 陽子
- 初級 19:30▸21:00 吉田 真由美

## 火曜日
※1…1,3週目開講

### 表参道 1
- ♪ プロフェッショナル／アドバンス 10:30▸12:00 マシモ アクリ
- ♪ 初中級 12:15▸13:45 前田 新奈
- 初中級 14:00▸15:30 根岸 澄宣
- ポワント基礎 15:40▸17:10 西村 真由美
- 初級 17:20▸18:50 西村 真由美
- ♪ 基礎〈ALL LEVEL〉 19:00▸20:30 近藤 美緒
- 初中級 20:40▸22:10 八幡 顕光

### 表参道 2
- 親子バレエ リトミック ※1 10:15▸10:55 若林 幸子
- Petit Ballet 1 ※1 11:05▸11:55 若林 幸子
- 入門3 12:15▸13:45 永松 沙枝
- 初級 14:00▸15:30 楠田 智沙
- 初級（入門2,3 Welcome） 15:40▸17:10 根本 佳奈
- イントロダクション 19:00▸19:10 / 入門1 19:10▸20:30 桑原 文生
- ポワント初級 ※講師週替わり 20:40▸22:10 フルフォード佳林/榎本文

### 渋谷 A
- 変更 基礎〈ALL LEVEL〉 10:30▸12:00 鈴木 未央
- 変更 ポワント初級 12:15▸13:45 鈴木 未央
- 初級 13:55▸15:25 鈴木 利絵子
- ヴァリエーション 15:35▸17:05 鈴木 利絵子
- ♪ レベルフリー 17:20▸18:50 高橋 竜太
- ♪ 中級 19:00▸20:30 大和 雅美
- 初中級 20:40▸22:10 大和 雅美

### 渋谷 B
- 初級 10:30▸12:00 中村 真紀子
- 基礎〈ALL LEVEL〉 12:10▸13:40 中村 真紀子
- ★ヴァリエーション 13:50▸14:50 中村 真紀子
- リハーサル
- 入門3 19:00▸20:30 岡 陽子
- 初級 20:40▸22:10 本馬 亜紗花

### 渋谷 C
- ヨガベーシック 10:30▸12:00 鎌田 真梨
- ポワント入門 12:15▸13:45 鈴木 利絵子
- イントロダクション 14:00▸14:10 / 入門1 14:10▸15:30 中村 啓子
- 入門2 15:40▸17:10 中村 啓子
- ポワント入門 19:00▸20:30 小黒 いちご
- イントロダクション 20:40▸20:50 / 入門1 20:50▸22:10 岡 陽子

### 公園通り Park Ave
- ポワント入門 11:00▸12:30 阪井 麻美
- 初級 12:40▸14:10 阪井 麻美
- ♪ 初級 14:20▸15:50 白椛 祐子
- ポワント初級 16:00▸17:30 白椛 祐子
- あなたのためのヴァリエーション 17:40▸18:30 白椛 祐子
- 初級（入門2,3 Welcome） 19:30▸21:00 平田 沙織
- ★ポワント超入門 21:05▸21:50 平田 沙織

## 水曜日

### 表参道 1
- ♪ プロフェッショナル／アドバンス 10:30▸12:00 折井 元子
- ♪ 中級 12:15▸13:45 折井 元子
- 変更 ♪ 初中級 14:00▸15:30 近藤 美緒
- 変更 ♪ 初級 15:40▸17:10 近藤 美緒
- 変更 初中級 17:20▸18:50 講師週替わり
- ♪ 中上級 19:00▸20:30 小山 恵美
- ♪ 初中級 20:40▸22:10 長谷川 智佳子

### 表参道 2
- ボディトリートメント＆バレエエクササイズ 10:30▸12:00 丸山 まどか
- ポワント入門 12:15▸13:45 丸山 まどか
- 初級（入門2,3 Welcome） 14:00▸15:30 岩渕 美希
- POPコンテ 15:40▸17:10 鎌田 真梨
- ポワント入門 17:20▸18:50 岡 陽子
- 初級 19:00▸20:30 岡 陽子
- イントロダクション 20:40▸20:50 / 入門1 20:50▸22:10 吉野 壱郎

### 渋谷 A
- ♪ 中級 プロアドチケット使用可 10:30▸12:00 多々納 みわ子
- ♪ 初級 12:15▸13:45 阪井 麻美
- ポワント基礎 13:55▸15:25 阪井 麻美
- ポワント超入門（プチセンターあり） 15:35▸17:05 阪井 麻美
- ♪ 初中級 19:00▸20:30 根岸 澄宣
- レベルフリー 20:40▸22:10 根岸 澄宣

### 渋谷 B
- 初級（入門2,3 Welcome） 10:30▸12:00 河合 眞里
- 限定 パ・ド・ドゥワークショップ（入門〜初級） 7/6,13開催 ※別途お申し込みが必要です 12:15▸13:45 森田 維央
- 基礎〈ALL LEVEL〉 13:55▸15:25 西村 真由美
- ヴァリエーション ※2時間クラス プラン消化+500円 15:35▸17:35 西村 真由美
- 初級 19:00▸20:30 宇地原 舞依
- 初級 20:40▸22:10 足立 真里亜

### 渋谷 C
- イントロダクション 10:30▸10:40 / 入門1 10:40▸12:00 猪俣 陽子
- 入門2 12:15▸13:45 猪俣 陽子
- ピラティス＋バーレッスン 13:55▸15:25 陶 美帆
- Petit Ballet 2 16:00▸17:00 井野 美瑞希
- ジュニアレベル2 17:25▸18:55 小林 桃子
- 入門3 19:00▸20:30 伊原 佳奈子
- ポワント初級 20:40▸22:10 宇地原 舞依

### 公園通り Park Ave
- ♪ 初級 11:00▸12:30 前田 新奈
- ♪ 初中級 12:40▸14:10 根本 佳奈
- あなたのためのヴァリエーション 14:20▸15:30 根本 佳奈
- 入門3 15:40▸17:10 根本 佳奈
- 入門1.5 19:30▸21:00 岡 博美
- ★応用 21:05▸21:50 岡 博美

## 木曜日

### 表参道 1
- ♪ プロフェッショナル／アドバンス 10:30▸12:00 矢部 亮子
- ♪ 初中級 12:15▸13:45 矢部 亮子
- 変更 初中級 ※7月は代講となります 14:00▸15:30 永橋 あゆみ
- 初級 15:40▸17:10 伊坂 文月
- ♪ 初中級 プロアドチケット使用可 17:20▸18:50 清水 健太
- ♪ 初中級 19:00▸20:30 八幡 顕光
- ♪ 中級 20:40▸22:10 大和 雅美

### 表参道 2
- ジャイロキネシス®＋バーレッスン 10:30▸12:00 秋満 彩子
- 変更 初級 12:15▸13:45 秋満 彩子
- 入門1 14:00▸15:30 河合 眞里
- Petit Ballet 2 15:45▸16:45 若林 幸子
- Petit Ballet 3 17:00▸18:00 若林 幸子
- 初中級 19:00▸20:30 大和 雅美
- 基礎〈ALL LEVEL〉 20:40▸22:10 八幡 顕光

### 渋谷 A
- ♪ 中級 プロアドチケット使用可 10:30▸12:00 朝枝 めぐみ
- ポワント入門 12:15▸13:45 長谷川 智佳子
- ヴァリエーション 14:00▸15:30 長谷川 智佳子
- 基礎〈ALL LEVEL〉 15:40▸17:10 根本 佳奈
- ヴァリエーション入門 17:20▸18:50 根本 佳奈
- 初級 19:00▸20:30 平田 沙織
- ポワント初級 20:40▸22:10 足立 真里亜

### 渋谷 B
- 初中級 10:30▸12:00 本馬 亜紗花
- NEW キャラクタークラス 12:15▸13:45 中村 啓子
- パ・ド・ドゥのためのクラス 14:00▸15:30 大槻 政徳
- 入門3 〜初級へのステップアップ〜（ストレッチあり） 15:40▸17:10 丸山 まどか
- 初級 17:20▸18:50 岡 博美
- 基礎〈ALL LEVEL〉 19:00▸20:30 岡 博美
- 初級 20:40▸22:10 宇地原 舞依

### 渋谷 C
- ピラティス 10:30▸11:30 鈴木 伶央
- 入門2 12:15▸13:45 服部 えこ
- 変更 入門3 14:00▸15:30 中村 啓子
- イントロダクション 19:00▸19:10 / 入門1 19:10▸20:30 伊原 佳奈子
- 入門2 20:40▸22:10 伊原 佳奈子

### 公園通り Park Ave
- 基礎〈ALL LEVEL〉 11:00▸12:30 白椛 祐子
- ポワント初級 12:40▸14:10 白椛 祐子
- ♪ 初級 14:20▸15:50 岩渕 美希
- 入門3 16:00▸17:30 岩渕 美希
- 初級（入門3 Welcome） 18:40▸20:10 丸山 まどか
- アナトミーポワント 20:20▸21:50 丸山 まどか

## 金曜日

### 表参道 1
- ♪ プロフェッショナル／アドバンス 10:30▸12:00 高岸 直樹
- ♪ 初中級 12:15▸13:45 長谷川 智佳子
- ★ポワント 13:55▸14:40 長谷川 智佳子
- 初級（入門2,3 Welcome） 15:00▸16:30 長谷川 智佳子
- ♪ 初級 17:00▸18:30 夏山 周久
- ♪ 基礎〈ALL LEVEL〉 18:45▸20:15 夏山 周久
- 初中級 ※7月8日のみ開講 20:25▸21:55 福田 昂平

### 表参道 2
- 初中級 10:30▸12:00 河南 達郎
- あなたのためのヴァリエーション 12:10▸12:50 河南 達郎
- イントロダクション 13:00▸13:10 / 入門1（ストレッチ多め） 13:10▸14:30 本吉 由実
- 入門1.5（ストレッチあり） ※ポワント受講可 14:40▸16:10 本吉 由実
- ジュニアレベル1・2 16:40▸18:15 本吉 由実
- 初級 19:00▸20:30 阪井 麻美
- ピラティス＋バーレッスン 20:40▸22:10 陶 美帆

### 渋谷 A
- ♪ 中上級 プロアドチケット使用可 10:30▸12:00 多々納 みわ子
- ポワント初中級 12:15▸13:45 多々納 みわ子
- ♪ 初級 15:40-初級との連続受講不可 14:00▸15:30 矢部 亮子
- ♪ 初級 14:00-初級との連続受講不可 15:40▸17:10 矢部 亮子
- ★ヴァリエーション 17:15▸18:15 矢部 亮子
- スタジオ使用禁止
- ♪ 初中級 19:00▸20:30 八幡 顕光
- ♪ 初級 20:40▸22:10 八幡 顕光

### 渋谷 B
- 初中級 10:30▸12:00 高尾 恭代
- 初級 12:10▸13:40 高尾 恭代
- 基礎〈ALL LEVEL〉 14:00▸15:30 西成 雅衣
- Petit Ballet 3 & レベル1 15:45▸16:45 岡 陽子
- コンテンポラリーバレエ 17:20▸18:50 服部 えこ
- 入門3 19:00▸20:30 岡 博美
- 入門2 ※長期代講クラス 20:40▸22:10 新里 茉莉絵

### 渋谷 C
- フェルデンクライス 10:30▸12:00 澤田 泰二郎
- バレエのためのジャイロキネシス® 12:10▸13:40 猪俣 陽子
- ★ポワント 13:50▸14:30 高尾 恭代
- Petit Ballet 1 14:40▸15:30 若林 幸子
- Petit Ballet 2 15:40▸16:40 若林 幸子
- Petit Ballet 3 & レベル1 16:50▸18:05 岡 陽子
- 入門2 アナトミーバレエ 19:00▸20:30 丸山 まどか
- 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

### 公園通り Park Ave
- 初級 11:00▸12:30 根本 佳奈
- ヴァリエーション 12:40▸14:10 根本 佳奈
- ♪ 初級 14:20▸15:50 中村 真紀子
- バー・アスティエ 16:00▸17:30 矢島 みなみ
- 初級 17:50▸19:20 伊坂 文月
- 初中級 19:30▸21:00 伊坂 文月

## 土曜日

### 表参道 1
- ♪ プロフェッショナル／アドバンス 10:30▸12:00 夏山 周久
- ♪ 初級 12:15▸13:45 夏山 周久
- ♪ 中級 14:00▸15:30 高尾 恭代
- ♪ 初中級 15:45▸17:15 大和 雅美
- ♪ レベルフリー（初級以上） 17:30▸19:00 大和 雅美
- ♪ 初中級 19:15▸20:45 前田 新奈

### 表参道 2
- 入門2 10:30▸12:00 馬場 彩
- ポワント初中級 12:15▸13:45 高尾 恭代
- ♪ ポワント入門 14:00▸15:30 鈴木 利絵子
- リハーサル
- 初級 17:30▸19:00 鈴木 利絵子
- ★ポワント 19:10▸19:55 鈴木 利絵子

### 渋谷 A
- ♪ 初中級 12:10-基礎との連続受講不可 10:30▸12:00 近藤 美緒
- ♪ 基礎〈ALL LEVEL〉 10:30-初中級との連続受講不可 12:10▸13:40 近藤 美緒
- 初級 14:00▸15:30 長谷川 智佳子
- 初級 15:40▸17:10 本吉 由実
- 基礎〈ALL LEVEL〉 17:20▸18:50 長谷川 智佳子

### 渋谷 B
- 初級 10:30▸12:00 荻野 日子
- PBT+バーレッスン 12:10▸13:40 鈴木 美波
- 初中級 13:50▸15:20 河南 達郎
- 初中級 15:30▸17:00 峰岸 千晶
- 入門3 17:10▸18:40 吉田 真由美
- リハーサル

### 渋谷 C
- イントロダクション 10:30▸10:40 / 入門1 10:40▸12:00 鈴木 美波
- 90分バーレッスン 12:10▸13:40 荻野 日子
- 入門1.5 13:50▸15:20 服部 えこ
- 入門2 15:30▸17:00 吉田 真由美
- ポワント初級 17:10▸18:40 榎本 文
- リハーサル

### 公園通り Park Ave
- 初級 11:00▸12:30 阪井 麻美
- ポワント初級 12:40▸14:10 阪井 麻美
- ポワント超入門 14:20▸15:50 阪井 麻美
- 入門3 17:40-初級との連続受講不可 16:00▸17:30 岡 陽子
- 初級（入門2,3 Welcome） 16:00-入門3との連続受講不可 17:40▸19:10 岡 陽子
- ★ポワント 19:20▸20:05 岡 陽子

## 日曜日

### 表参道 1
- ♪ 上級 プロアドチケット使用可 10:30▸12:00 夏山 周久
- ポワント初級 12:10▸13:40 阪井 麻美
- ヴァリエーション 13:50▸15:20 阪井 麻美
- ピラティス 15:30▸16:30 河南 達郎
- 初中級 16:40▸18:10 河南 達郎
- あなたのためのヴァリエーション 18:20▸20:40 河南 達郎

### 表参道 2
- 入門3 10:30▸12:00 吉田 真由美
- ポワント入門 12:10▸13:40 吉田 真由美
- 入門1.5 13:50▸15:20 桑原 文生
- 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

### 渋谷 A
- ♪ 初中級 10:30▸12:00 高尾 恭代
- ♪ 初級 12:10▸13:40 西成 雅衣
- ♪ 初中級 13:50▸15:20 講師週替わり
- 基礎〈ALL LEVEL〉 15:30▸17:00 根本 佳奈
- ワークショップクラス ※詳しくはHPをご覧ください 17:10▸18:40 根本 佳奈

### 渋谷 B
- 初級 10:30▸12:00 西成 雅衣
- 基礎〈ALL LEVEL〉 12:10▸13:40 長谷川 智佳子
- 初級 13:50▸15:20 長谷川 智佳子
- 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
- リハーサル

### 渋谷 C
- イントロダクション 10:30▸10:40 / 入門1 10:40▸12:00 児玉 アリス
- 入門2 12:10▸13:30 児玉 アリス
- 入門3 13:40▸15:10 小林 桃子
- 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

### 公園通り Park Ave
- 入門2 11:00▸12:30 秋満 彩子
- イントロダクション 12:40▸12:50 / 入門1 12:50▸14:10 秋満 彩子
- U25限定クラス ※初級以上 14:20▸15:50 講師週替わり
- コンテンポラリー 16:00▸17:30 竹内 春美
- リハーサル