ARCH M Studio Regular Schedule

2026年9月～

時刻	月	火	水	木	金	土	日
10:30	10:30-12:00	10:30-12:00	10:30-12:00	10:30-12:00	10:30-12:00		
11:00	バレエ　初級	ﾊﾞﾚｴ基礎から初級	バレエ　初級	はじめてバレエ・超入門	バレエ　初級	11:00-12:30	11:00-12:30
11:30	横山柊子	家喜麻衣	寺田亜沙子	糸井千加子	中田実里	バレエ　初級	バレエ　初級
12:00	12:10-12:40 ポワント	12:10-12:40 基礎ポワント	12:10-12:40 ポワント		12:10-12:40 ポワント	寺田亜沙子/中田実里	深沢祥子/貝川鐵夫
12:30	横山柊子	家喜麻衣	寺田亜沙子	12:30-14:00	中田実里	12:40-13:10 ポワント	
13:00		13:00-14:00 チェアバレエ		バレエ初級・初中級	13:00～14:30	寺田亜沙子/中田実里	13:00-14:30
13:30	13:30-15:00	森谷京子	13:30-15:00	家喜麻衣	バレエ　入門～基礎	13:30-15:00	おとなのための エレガントﾊﾞﾚｴ
14:00	バレエ　初中級		ピラティス& やさしいバレエ	14:10-14:40 ポワント	小泉朱音	大人からの やさしいバレエ	河合かやの(隔週)
14:30	刈田カノン	14:30-16:00	糸井千加子	家喜麻衣		鍋嶋聡子	14:40-15:10 やさしいポワント
15:00		バレエ初級・初中級		15:00-16:30	15:00-16:30		河合かやの(隔週)
15:30	15:30-17:00	千歳美香子	15:30-17:00	大人からの やさしいバレエ		15:30-17:00	
16:00		16:10-1640 ポワント	ﾊﾞﾚｴ基礎から初級	鍋嶋聡子			16:15-17:45
16:30		千歳美香子	三好絵梨子				ピラティス& はじめてのバレエ
17:00				17:00-18:30			糸井千加子(不定期)
17:30							
18:00							
18:30							
19:00	19:00-20:30	19:00-20:30	19:00-20:30	19:00-20:30	19:10-20:40		
19:30	バレエ　レベルフリー	ストレッチ& はじめてのバレエ	バレエ　初級	ﾊﾞﾚｴ基礎から初級	初級&ポワント		
20:00	貝川鐵夫	糸井千加子	今村美由起	浜　里美	三好絵梨子		
20:30							

Arch M Ballet Studio Sakuragicho