



6月のレッスン予定表



| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|--------------------|-----------------------|--------------------|------------|----|--------------------|----|
| 🍷 | 🍷 | 🍷 | 🍷 | 🍷 | 1 ♥️池上 スタジオ | 2 |
| 3 ♥️池上 スタジオ | 4 5F ♥️保育室 | 5 ♥️池上 スタジオ | 6 ♥️別峯 | 7 | 8 ♥️池上 スタジオ | 9 |
| 10 ♥️池上 スタジオ | 11 5F ♥️保育室 | 12 ♥️池上 スタジオ | 13 ♥️別峯 | 14 | 15 ♥️池上 スタジオ | 16 |
| 17 ♥️池上 スタジオ | 18 5F ♥️保育室 | 19 ♥️池上 スタジオ | 20 ♥️別峯 | 21 | 22 ♥️池上 スタジオ | 23 |
| 24 ♥️池上 スタジオ | 25 ☆時間変更☆ ♥️保育室 | 26 ♥️池上 スタジオ | 27 ♥️別峯 | 28 | 29 ♥️池上 スタジオ | 30 |



7月のレッスン予定表



| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|--------------------|-----------------------|--------------------|------------|----|--------------------|---------|
| 1 ♥️池上 スタジオ | 2 5F ♥️保育室 | 3 ♥️池上 スタジオ | 4 ♥️別峯 | 5 | 6 ♥️池上 スタジオ | 7 七夕 |
| 8 ♥️池上 スタジオ | 9 5F ♥️保育室 | 10 ♥️池上 スタジオ | 11 ♥️別峯 | 12 | 13 ♥️池上 スタジオ | 14 |
| 15 海の日 | 16 ☆時間変更☆ ♥️保育室 | 17 ♥️池上 スタジオ | 18 ♥️別峯 | 19 | 20 ♥️池上 スタジオ | 21 |
| 22 ♥️池上 スタジオ | 23 5F ♥️保育室 | 24 ♥️池上 スタジオ | 25 ♥️別峯 | 26 | 27 ♥️池上 スタジオ | 28 |
| 29 ♥️池上 スタジオ | 30 5F ♥️保育室 | 31 ♥️池上 スタジオ | 🍷 | 🍷 | 🍷 | 🍷 |

❀連絡事項❀

※6/29(土)は5/4(祝土)、7/29(月)は7/15(祝月)振替レッスンを行います。

※6/25(火)・7/16(火)のベビークラスのレッスン時間変更があります。

16:30~17:15 ⇒ 17:45~18:30

※7/30(火)・31(水)は、9月後半にお休みを頂くため

前倒してレッスンさせて頂きたいと思っています。よろしくお願い致します。

❀レッスン時間割❀

| 月♥️池上S t. | 火♥️きらら | 水♥️池上S t. | 木♥️別峯 | 土♥️池上S t. |
|--------------------|-----------------------|-----------------------|--------------------|-----------------------------|
| | | 10:30~11:30 大人のバレエ | | 9:30~10:30 エクササイズ |
| | | 11:40~12:40 エクササイズ | | 10:35~11:35 初級I |
| 16:30~17:15 ベビー | 16:30~17:15 ベビー | | 16:30~17:15 ベビー | 11:40~13:10 週2回クラス |
| 17:40~18:40 初級I | 17:30~18:40 初級II | 17:40~18:40 初級I | 17:30~18:30 初級I | ↓ 13:15~13:40 ポイントクラス |
| 18:50~20:10 中級 | 19:30~20:30 エクササイズ | 18:50~20:10 中級 | 18:50~20:10 中級 | |



ソレイユダンススタジオ第1回研究発表会 無事に終わりました!!

発表会が終ってすぐにレッスンを始め、1カ月という短い期間にも関わらず、立派な舞台を終えることが出来ました☆出演したメンバーの中には満足いった踊りが出来た人や、もっと出来たはず、と思った人や感想は人それぞれでしたが、みんな笑顔をしてくれたので、とても嬉しかったですし、とても頼もしく感じました(^_^)



最近、少しずつ暑い日も増え、レッスン中も汗を流せるようになってきましたね。そろそろ汗ばきタオルが手放せない時期になってきました(^_^) あたなかい時期になってくると、筋肉も緩み、ストレッチがやりやすくなります。最近バレエクラスでもエクササイズクラスでも、レッスン中にストレッチを取り入れるようになっています。ストレッチはなかなか効果が出にくいので、苦手とおっしゃる方も多いのですが、今のようなあたなかい時期に頑張りたいです。ストレッチは努力した分、自分に返ってくるので、出来るようになる信じて地道に頑張ってください!!

あと、みなさんには口頭でお話していますが、秋に出産を控えております。

そのため、9月後半から12月まで、産休を頂く予定です。

体調により、時期変更になる可能性もありますので、ご了承ください。

子供のバレエクラスに関しては、お休みの間に

代行の先生に来て頂くように、現在調整しております。

毎週来て頂くこと難しいのと、曜日変更をお願いしないという方もいらっしゃるかと。

なにとぞ、ご理解いただき、ご了承いただけますと幸いです。

代行の先生によるレッスン予定は、決まり次第ご連絡いたします。

ご迷惑をおかけしますが、よろしくお願い致します。