

**DANCE & CULTURE
TOTAL STUDIO H3 戸島校スケジュール**

ダンススクールスケジュールはこちら ▼

カルチャースクールスケジュールはこちら ▼

18:30-19:30



小学生以上の初心者にもおすすめ



未就学児以上の初心者にもおすすめ



男性・大人にもおすすめ

MON

TUE

WED

THU

FRI

SAT

18:30-19:30



MAYU

KIDS DANCE ※1

18:30-19:30



MAYU

Jr.GIRLS HIPHOP ※2

18:10-19:10



J'8

Jr. HIPHOP 中級

18:30-19:30



P-SUKE

Jr.LOCK

18:30-19:30



MANAKA

Jr.HIPHOP 初中級

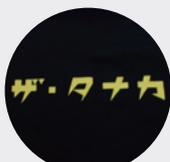
16:15-17:15



HONOKA

Jr.K-POP 完コピ 小学生~

19:45-20:45



TANAKA

POP

19:20-20:20



J'8

LOCK 中上級

19:45-20:45



TAKAHIRO

Breakin'

17:30-18:30



P-SUKE

KIDS DANCE ※1

21:00-22:00



KOU

HOUSE

20:30-21:30



Mizuki

JAZZ HIPHOP

21:00-22:00



MAYU

GIRLS HIPHOP

18:40-19:40



KANO

K-POP 初級 4才~小学生 ※1

19:50-20:50



KANO

K-POP 初中級 小学生~ ※3

21:00-22:00



KANO

K-POP 初中級 小学生~中学生 ※3

※1 初心者も受講はできますが、スキルによっては条件が付いたり受講不可になる場合があります。

※2 Jr.HIPHOP 初級 (戸島校) を受講する未就学児は KIDS クラスも合わせて受講。受講条件が付いたり受講不可になる場合があります。

※3 初心者受講不可。スキルによっては他のクラスも合わせて受講して頂く場合もあります。

クラスレベル表記について

TOTAL STUDIO ※1

Jr. K-POP

クラス名表記箇所の背景カラー

■ 未就学児から小学2年生まで受講可

■ 未就学児からの初心者も受講可

■ 小学生以上の初心者も受講可

■ 中級以上のクラス 初心者は不可

ジャンル表記について

クラス名表記箇所の背景カラー

TOTAL STUDIO

アクティブヨガ

美・癒し

美・シェイプアップ

ストレス発散・体力UP

MON

TUE

WED

THU

FRI

SAT

11:00-12:00



Keiko

パワーヨガ

11:00-12:00



Aki

やさしいホィールヨガ

11:00-12:00



Keiko

ビューティベルヴィス 骨盤調整

10:00-11:00



Kumiko

ピラティス

11:00-12:00



Tomoko

ヨガ

14:00-15:00



Hitoe

ピラティス(フォームローラー)

13:00-14:00



Keiko

美尻体幹 EX

14:00-15:00



Kumiko

シェイプアップ EX

11:15-12:15



Aki

パワーヨガ +αホィールヨガ

20:00-21:00 夜クラス



Hitoe

ピラティス

20:00-21:00 夜クラス



Tomoko/Aki

やさしいピラティス

21:15-22:15 夜クラス



Hitoe

アクティブヨガ

21:15-22:15 夜クラス

(第2・4月2回)



Aki

やさしいホィールヨガ