

2026.8 THE TOKYO BALLET SCHOOL Lesson Schedule

●大人のためのクラス（チケット制）●

■ 8月1日（土）～8月31日（月）

【お知らせ】

「ヴァリエーションクラス」 7月16日～『海賊』よりオダリスク第2ヴァリエーション（全10回）

※ 都合により講師やクラス内容が変更になる場合があります。受講前に必ず公式サイト of 最新情報をご確認ください。

1（土）

10:30-11:30
ゼロ初級
古道 貴大

11:40-13:10
初中級
森田 雅順

16:45-18:15(18:15-18:45)
初級(オプションポワント)
福田 天音

2（日）

休

3（月）

休

4（火）

休

5（水）

休

6（木）

高田 茜（英国ロイヤル・バレエ団プリンシパル）
特別レッスン開講決定！
詳しくはHPをご覧ください。
※別料金・事前予約制



18:30-20:30
ヴァリエーション
高田 茜

7（金）

18:30-20:00
初中級
高田 茜

8（土）

11:30-12:30
ストレッチ
高田 茜

12:45-14:15
初中級
高田 茜

9（日）

12:10-13:40
初級
高田 茜

10（月）

19:40-21:10
中級
森田 雅順

20:00-21:10
ゼロ初級+α
福田 天音

11（火）

休

12（水）

休

13（木）

休

14（金）

休

15（土）

10:30-11:30
ゼロ初級
未定

11:40-13:10
初中級
森田 雅順

16（日）

休

17（月）

10:00-11:30
初級
森田 雅順

20:00-21:10
ゼロ初級+α
野崎 紗依

18（火）

10:15-11:15
ゼロ初級
芹澤 創

20:00-21:00
ポワント入門
福田 天音

19（水）

10:00-11:30
初級
木村 和夫

19:40-21:10
初中級
未定

20（木）

10:00-11:30
初級
森田 雅順

19:40-21:10
ヴァリエーション③
上田 実歩

21（金）

10:00-11:00
バレエストレッチ
永田 雄大

17:20-18:30
ゼロ初級+α
上田 実歩

19:30-21:00
初中級
森田 雅順

22（土）

10:30-11:30
ゼロ初級
芹澤 創

11:40-13:10
初中級
森田 雅順

16:45-18:15(18:15-18:45)
初級(オプションポワント)
福田 天音

23（日）

休

24（月）

10:00-11:30
初級
森田 雅順

19:40-21:10
中級
森田 雅順

20:00-21:10
ゼロ初級+α
福田 天音

25（火）

10:15-11:15
ゼロ初級
河合 眞里

26（水）

10:00-11:30
初級
未定

27（木）

19:40-21:10
ヴァリエーション④
上田 実歩

28（金）

10:00-11:00
バレエストレッチ
芹澤 創

17:20-18:30
ゼロ初級+α
上田 実歩

29（土）

10:30-11:30
ゼロ初級
森田 雅順

11:40-13:10
初中級
森田 雅順

30（日）

休

31（月）

10:00-11:30
初級
森田 雅順

20:00-21:10
ゼロ初級+α
福田 天音

バレエストレッチ

バレエの動きを取り入れたストレッチで身体の状態を整えます。

初級

基礎的な動きを中心とし、バレエの美しい形を身につけることを目標に90分のレッスンに取り組みます。

ヴァリエーション

目安：初級～中級。全10回を目安に様々なヴァリエーションに取り組みます。（バレエシューズでもトゥシューズでも可）女性限定

ゼロ初級／ゼロ初級+α

バレエが初めての方～1年程度の方向け。初めての方、不安な方はこちらから。※ゼロ初級+αは10分お時間を延長し、70分クラスとなっております。

初中級

バレエをもっとうまくになりたい方のためのクラス。基礎から発展し、応用的なコンビネーションなどにも挑戦します。

ポワント入門

ポワントが初めて・基礎からポワントを学びたい方におすすめのクラス 女性限定

中級

本格的にバレエを学びたい方向けのクラス。テクニックや表現にも挑戦し、踊りの質を高めます。

オプションポワント

通常レッスンの後に30分間のポワントレッスンを追加することができます。（※必ず直前のレッスンをご受講ください。）女性限定