

アパルーサ教室内容

…夜クラス

	初心者	初級	スタンダード	中級	上級	その他	曜日	時間1	時間2	時間3	時間4
		新ダンス含む	新ダンス除く	新ダンス含む							
	リストAレベル	リストBレベル									
目黒カルチャー	○	○					第2,4月曜	11:50~13:20			
池袋カルチャー	○	○					毎週月曜	20:10~21:40			
金町カルチャー	○	○					第2,4木曜	15:15~16:45			
立川カルチャー	○	○					第2,4日曜	10:30~12:00			
国立カルチャー	○	○					第2,4金曜	19:00~20:30			
宇都宮カルチャー	時間1			時間2			第2,4水曜	12:30~14:00	14:15~15:45		
千代田区昼	○	○					第2,3,4水曜	13:15~14:45			
千代田区夜	時間1(第2水曜のみ)					R's(第4水曜のみ)	予定 (第2,4水曜)	19:00~21:00			
本郷	○	○				クラシック含む	第3金曜、最終火曜	17:30~19:30			
赤坂	○	○	△(場合により)			クラシック含む	第1,3火曜	16:30~18:30			
国立	○	○	△(場合により)			クラシック含む	第4土曜	12:30~14:30			
国立平日				○			第3木曜	16:30~18:30			
柴又				○			第4金曜	19:00~21:00			
For You(横須賀)				○	○		第2木曜	18:30~20:30			
清瀬	時間1			時間2			第2日曜	18:00~19:00	19:05~21:00		
朝霞午前	時間1			時間2			第3水曜	9:15~10:15	10:30~12:30		
銀座	時間1		時間2				第2土曜	11:30~13:15	13:45~15:30		
大井町	時間1	時間2		時間3	時間4		第2,4火曜	13:00~13:50	14:00~15:30	15:40~17:10	17:20~18:50
つくば	時間1			時間2			第2土曜	18:00~19:30	19:40~21:30		
四谷屋 初/中	時間1			時間2			不定期	13:15~15:00	15:15~17:00		
四谷屋 中/上				時間1	時間2		不定期	13:15~15:00	15:15~17:00		
四谷夜 上/中				時間2	時間1		不定期	17:45~19:30	19:45~21:30		
横浜	時間1			時間2			第1,3水曜	15:00~17:00	18:00~20:00		
朝霞夜			時間1(水曜のみ)	時間2			第1木曜、第2水曜	18:00~19:00	19:15~21:15		
R's 平日 昼							第2,4水曜	15:00~17:00			
R's 休日 夜							第3土曜	18:00~20:00			
新中野			時間1			時間2 Newline	第2,4木曜	14:00~16:00	16:30~18:30		
新中野夜						クラシック	第4月曜	19:00~21:00			
池袋アウル				時間4		○ ※4)	第3木曜	17:00~18:30	18:40~19:30	19:40~20:30	20:40~22:00
カップル						カップル	第1土曜、第3月曜	18:00~21:30			
ベーシック基礎1(朝霞)						○ ※1)	第1日曜、第3月曜	13:00~16:00			
ベーシック基礎2(朝霞)						○ ※2)	第4土曜	18:00~21:00			
ベーシック基礎3(朝霞)						○ ※3)	第2土曜	18:00~21:00			

※1)テクニックのみ 経験の無い人でも分かりやすく

※2)テクニック+ダンスを使用 テクニックのレッスンに加え中上級の既存ダンスを使って実践

※3)競技者対象 基礎1、基礎2よりレベルを上げた内容 UCWDCの課題ダンスを使用

※4)時間1:姿勢・ウォーキング・ターン 時間2:Waltzテクニック基礎1 時間3:Cubanテクニック基礎1

スタンダードとは?…アパルーサで長く踊られている人気のダンス

クラシックとは?…古い曲で踊る。あまり難しくなく、ライブで踊りやすいものをセレクト。

Newlineとは?…1曲1ダンスのものをレッスン。中級、上級者向き。