

HEART ♥ LETTER

2025
NOVEMBER
10



ニューイヤーパーティー 2026年 新年発表会のお知らせ

NEW YEAR'S PARTY 2026.1.24 SAT

会場

一橋ホール(日本教育会館)
[アクセス]
●九段下駅から徒歩5分
●神保町駅から徒歩2分

タイムスケジュール (予定)

●リハーサル: 14:00～
●開場: 17:00～
●開演: 17:30～
●終演: 19:30予定

お申し込み方法

●申込開始: 10月7日(火)
●申込締切: 10月29日(水)
※スタジオWEBよりお申し込み
ください

ハートビート杯 予選会開催決定!!

日時 11月30日(日) 午後

場所 スタジオハートビート
MAINスタジオ

参加部門/時間 ソロ 1分30秒以内
デュオ 2分以内
チーム(3～4名) 2分30秒以内

対象 6歳～大人まで

上位3組は、2026年1月発表会ステージ(照明付き)で披露できます!

詳細は追って
お知らせいたします。



10/2
START!



大人のハウス入門

MAIN 入 Ad

New!

木 13:45～14:45

講師: SHO NOZAKI

リズムカルなフットワークで全身を引き締め、楽しくシェイプアップしませんか?

初心者の方でも安心して始められる内容です。

ハウスはテンポの良い音楽に合わせて体を動かすので、自然とリズム感が身につき、ストレス解消やダイエットにも効果的。運動不足解消や健康維持におすすめのクラスです。

10/4
START!



ポアントクラス

New!

土 11:00～11:30 講師: みどり MAIN 初 中 Jr Ad
「ビギナーズバレエ」クラス(当日9:45～11:00)に参加される方限定の、トシューズ(ポアント)を中心としたスキルアップ特別クラスです。

対象者: 同日9:45～11:00の「ビギナーズバレエ」クラスに参加する方限定

内容: 「ビギナーズバレエ」の後に実施

注意事項: このクラスのための単独受講は不可

受講料: 追加受講料 1,100円 を受付をお願いします

時間・場所変更 【10/4～】

土曜日「プレバレエ」クラスは、時間および場所が変更となります。

プレバレエ

入 親子 PK

土 講師: みどり

【変更前】 11:00～11:45

MAIN

【変更後】 11:45～12:30

ANNEX



クラス名変更 【10/7～】

変更前: JAZZ HIPHOP&体幹トレーニング

JAZZHIPHOP入門

火 12:15～13:15 講師: hitomi

MAIN 入 Ad

JAZZHIPHOPを基礎から楽しく学びたい方のためのクラスです。流行の曲に合わせて音楽を感じながら踊ることで、自然にリズム感や表現力が身につきます。

レッスン前半は、ストレッチやアイソレーション、体幹を鍛えるエクササイズでしっかり準備。後半は流行の曲に合わせ、楽しく振付にチャレンジしていきます。初心者の方も安心して取り組める内容です。

10月 LESSON SCHEDULE

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日		日曜日	
	MAIN	ANNEX	MAIN	ANNEX	MAIN	ANNEX	MAIN	ANNEX	MAIN	ANNEX	MAIN	ANNEX	MAIN	ANNEX
9														
10														
11	10:45~11:45 JAZZ基礎& トレーニング 藤原亜美		10:20~11:35 大人のJAZZ 平井麻吏江	プライベート レッスン セミプライベート レッスン	11:05~12:05 ヒールクラス入門 kotona		10:00~11:15 バレエ初級 優子		11:05~12:05 ヒールクラス入門 MORUUCHI		9:45~11:00 ビギナーズバレエ みどり		10:00~10:45 親子リトールHIPHOP 244	
12	11:45~12:45 JAZZ振付 藤原亜美		11:35~12:05 大人のJAZZ Extra 平井麻吏江	プライベート レッスン セミプライベート レッスン	12:10~13:10 JAZZ HIPHOP入門 Yusuke		11:20~12:20 ベリーダンス基礎 バーラン		12:10~13:25 JAZZ Chiaki		11:45~12:30 フレバリエ みどり		10:50~11:50 Kids&Jr.HIPHOP 初・中級 244	10:30~11:30 Kids HIPHOP超入門 美紅
13	12:50~13:50 SOUL DANCE ちっひー	プライベート レッスン セミプライベート レッスン	13:30~14:30 大人のK-POP in English Angel	13:45~14:45 ボディメイクバレエ 優子	13:15~14:15 ボディメイクバレエ 宮村さき		12:25~13:40 ベリーダンス振付 バーラン	プライベート レッスン セミプライベート レッスン	13:00~14:00 IDOL DANCE in English Angel		12:30~13:30 キッズバレエ入門 みどり		13:00~14:00 HIPHOP 美紅	11:40~12:40 HIPHOP超入門 美紅
14	14:00~15:00 ピラティス Santina			15:00~16:00 ウオーキング& ピラティス Shoko	14:40~15:25 フレバリエ 石川智子		13:45~14:45 大人のハウス入門 SHO NOZAKI		13:30~14:30 大人のHIPHOP Chiaki		14:00~15:00 Kids&Jr. HIPHOP in English Angel		14:05~15:05 リズムトレーニング YOSHIKO	
15														
16														
17	17:00~18:00 Kids JAZZ HIPHOP入門 Chiaki		16:30~17:30 HIPHOP初級 YURIKA	17:00~18:00 初めてのJAZZ 彩	16:30~17:45 バレエ初・中級 石川智子		15:30~16:15 バレエリミックス みなみ		15:15~16:00 フレキビタマパーク mika		15:00~16:00 GIRLS HIP-HOP in English Angel		15:10~16:10 アーティスト・ダンス Yamato	15:10~16:10 K-POP売コ超入門 You-iii
18	18:00~19:00 Kids&Jr.HIPH- OP初級 244		17:30~18:30 HIPHOP中級 YURIKA		17:45~18:45 Kids&Jr. JAZZ HIPHOP Ayaka		16:15~17:15 バレエ基礎&バー レッスン みなみ		16:05~16:50 リトブラリンセス Chiaki		16:05~16:50 リトブラリンセス Chiaki		16:15~17:30 モダンバレエ&体幹 トレーニング みなみ	16:20~17:20 K-POP売コ入門・初級 Ayaka
19	19:00~20:00 JAZZ HIPHOP Chiaki		18:30~19:30 Junior JAZZ Chiaki		18:45~19:45 JAZZ HIPHOP 初・中級 Ayaka		18:30~19:30 テーマパーク初級 mika		18:00~19:00 Kids HIPHOP DAISAKU		18:00~19:00 キッズチアダンス入 門・初級 mika		17:35~18:35 K-POP売コ Ayaka	17:40~18:40 ストリートスタイル tomomi
20	20:00~21:15 ビギナーズバレエ Mil		20:30~21:30 JAZZ Chiaki	20:30~21:45 R&B HIPHOP SHIMAZ	19:45~21:00 スロー・JAZZ ソウイチロウ		19:30~20:45 JAZZ mika		19:05~20:15 HIPHOP初・中級 KAZUMI		19:30~20:30 マイケルジャクソン ダンス MIRAI		18:40~20:10 TEAM HEART BEAT	
21														
22	21:30~22:30 大人のK-POP 彩													

レベル

年齢

クラス種別

: 超入門 : 入門 : 初級 : 中級 : ボディメイク
 : プレキッズ(3~6歳/就学前) : キッズ(6~10歳) : ジュニア(11~17歳) : 大人(18歳以上) : 親子(子供は3~6歳/就学前)

: 受け放題 : 超入門受け放題 : 特別クラス : 杉並区子育て応援券使用可能クラス