



キングスバスケ・ダンススクール オンラインレッスン時間割

時間	種目	8/24(月) レッスン	8/25(火) レッスン	8/26(水) レッスン	8/27(木) レッスン	8/28(金) レッスン
6:00- 6:20	バスケ	★ラジオ体操★ コーチ:つばさ	★ラジオ体操★ コーチ:つばさ	★ラジオ体操★ コーチ:つばさ	★ラジオ体操★ コーチ:つばさ	★ラジオ体操★ コーチ:つばさ
	ダンス					
17:00- 17:40	バスケ	インファントキッズ①ボールあそび コーチ:なるみ	インファントキッズ②リズムあそび コーチ:のどか	インファントキッズ③ボールあそび コーチ:つばさ	インファントキッズ④レクリエーション コーチ:ひびき	インファントキッズ⑤ボールあそび コーチ:たくま
	バスケ	キッズ①ハンドリング★レベル1 コーチ:ひびき	キッズ②レクリエーション コーチ:ひびき	キッズ④うんどうあそび コーチ:なるみ	キッズ⑥リズムトレーニング コーチ:のどか	キッズ⑦ハンドリング★チェック★ コーチ:のどか
	ダンス			リトル①★ストレッチ・スキルレッスン★ コーチ:ひろか	リトル③★振付レッスン★ コーチ:ひろか	リトル④★ストレッチ・身体づくり★ コーチ:ひろか
18:00- 18:40	バスケ	ミニ①ハンドリング 【タイムアタック編】★レベル1 コーチ:たくま	キッズ③ハンドリング★レベル2 コーチ:つばさ	キッズ⑤ハンドリング★レベル3 コーチ:たくま	ミニ⑦身体づくり コーチ:たくま	ミニ⑨ハンドリング★チェック★ コーチ:ひびき
	バスケ	ミニジュニア【女子限定！】① ハンドリング コーチ:のどか	ミニ④身体づくり コーチ:なるみ	ミニ⑥ハンドリング 【バランス編】★レベル2 コーチ:のどか	ジュニア⑤身体づくり コーチ:つばさ	ミニジュニア【女子限定！】② ハンドリング コーチ:なるみ
ダンス バスケ	全学年①振付レッスン★レベル1 コーチ:ひろか	ジュニア②身体づくり コーチ:たくま	リトル②★ストレッチ・スキルレッスン★ コーチ:ひろか	キッズ①★振付レッスン★ コーチ:ひろか	キッズ②★ストレッチ・身体づくり★ コーチ:ひろか	
19:00- 19:40	バスケ	ミニ②ハンドリング 【バランス編】★レベル1 コーチ:つばさ	ミニ④ハンドリング 【タイムアタック編】★レベル2 コーチ:のどか	ミニ⑥ハンドリング 【タイムアタック編】★レベル3 コーチ:ひびき	ミニ⑧ハンドリング 【バランス編】★レベル3 コーチ:ひびき	ミニ⑩ハンドリング★チェック★ コーチ:のどか
	バスケ	ジュニア①ハンドリング★レベル1 コーチ:たくま	ジュニア③ハンドリング★レベル2 コーチ:ひびき	ジュニア④ハンドリング★レベル3 コーチ:つばさ	ジュニア⑥ハンドリング★レベル4 コーチ:たくま	ジュニア⑦ハンドリング★チェック★ コーチ:つばさ
	ダンス	全学年②振付レッスン★レベル2 コーチ:ひろか	全学年③振付レッスン★レベル1 コーチ:ひろか			
20:00- 20:40	バスケ	★お楽しみ企画★ コーチ:ひびき	お母さん向け ★美ボディレッスン★ コーチ:ひろか	キングスU15に挑戦！ ハンドリング★極み★ コーチ:たくま	★体幹トレーニング★ コーチ:つばさ	★ストレッチ★ コーチ:つばさ
	ダンス					