

7月 入門者スケジュール

※未経験者用のスケジュールです。未経験の方はこの中からご選択ください。

	月曜日 (Mon)			火曜日 (Tue)		
	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ
11:00						
12:00			12:45~13:45 ボール レベル1(入門) MOMO.K	13:00~14:00		
13:00				エアリアル ヨガ (ハンモック) AYA	13:30~14:30 ボール レベル1&2 ELLES	
14:00				14:30~15:30 エアリアルフープ レベル1(入門) AYA	14:45~15:45 ストレッチ 入門 ELLES	
15:00	14:45~15:45 エアリアル ヨガ (ハンモック) AYA					
16:00						
17:00	16:15~17:15 エアリアルシルク レベル1&2 AYA				17:10~18:10 アクロバット基礎 入門・初級 BEKKUN	
18:00						
19:00	19:20~20:20 エアリアルシルク レベル1(入門) MIKA				18:15~19:15 目指せ！ バク転講座 BEKKUN	
20:00		20:30~21:30 ボール レベル1 (入門) MOMO.K			19:30~20:30 ボール レベル1 (入門) ELLES	
21:00						
22:00						

	水曜日 (Wed)			木曜日 (Thu)		
	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ
11:00			11:30~12:30 ボール レベル1&2 AKI			11:15~12:15 エアリアルシルク レベル1(入門) MIKA
12:00						
13:00						
14:00			14:30~15:30 ストレッチ 入門 ELLES			14:30~15:30 ボール レベル1(入門) AYUMI
15:00						
16:00						
17:00						
18:00						
19:00			19:20~20:20 ボール レベル1(入門) SHIGEKO	18:20~20:20 エアリアルシルク レベル1(入門) 2・9・16・30日 KOZUE 24日 ALK		
20:00						20:45~21:45 ボール レベル1(入門) SHIGEKO
21:00						
22:00						

	金曜日 (Fri)			土曜日 (Sat)			日曜日 (Sun)	
	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	Aスタジオ	Cスタジオ
11:00					11:30~12:30 エアリアルフープ レベル1(入門) AYA	11:00~12:00 ボール レベル1&2 SHIGEKO		11:00~12:00 ボール レベル1&2 SHIGEKO
12:00								
13:00					13:15~14:15 ボール レベル1(入門) SHIGEKO			
14:00				New 1 14:30~15:30 ハンモックダンス AYA	14:00~15:00 ストレッチ 入門 MOMO.K		13:45~14:45 様・前後 開脚集中講座 (オールレベル) EMJAY	
15:00					15:15~16:15 ボール レベル1(入門) EMJAY		15:00~16:00 ボール レベル1&2 AYUMI	
16:00					15:45~16:45 エアリアルシルク レベル1(入門) SENA			
17:00						16:15~17:15 アクロバット基礎 入門・初級 TOMONORI	16:15~17:15 FLEXIBILITY 入門 NISHHO	
18:00							17:45~18:45 CORE & BODY CONDITION KANAKO	
19:00						18:45~19:45 ボール レベル1(入門) NISHHO		
20:00	19:45~20:45 FLEXIBILITY (柔軟強化) 24 ALK	19:30~20:30 ボール レベル1(入門) EMJAY						
21:00								
22:00								