

1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					11:30~12:30 エアリアルシルク レベル 1&2	
12:00			12:45~13:45 ボール レベル 1 (入門) MOMOK	AYA		
13:00		13:00~14:00 エアリアルフープ レベル 1 AYA		13:00~14:00 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 ヨガ (ハンモック) AYA			14:45~15:45 ストレッチ 入門 ELLES	
15:00		16:00~17:00 エアリアルシルク レベル 1&2 AYA			16:10~17:10 ボール レベル 1 ALK	
16:00						
17:00						
18:00						
19:00		19:00~20:00 エアリアルシルク レベル 1(入門) MIKA			18:00~19:00 アクロバット基礎 入門・初級 TOMONORI	
20:00			20:30~21:30 ボール レベル 1 & 2 MOMOK		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			
12:00						
13:00						
14:00						
15:00						
16:00	16:00~17:00 ボール レベル 1&2 MOMOK		NEW! 15:45~16:45 FLEXIBILITY (柔軟強化) akane & platinum	16:00~17:00 エアリアルフープ レベル 1&2 ALK	14:30~15:30 ボール レベル 1&2 AYUMI	15:45~16:45 ストレッチ 入門 AYUMI
17:00			17:00~18:00 アクロバット基礎 入門・初級 TOMONORI			
18:00						
19:00						
20:00			19:15~20:15 ボール レベル 1&2 SHIGEKO	19:30~20:30 エアリアルシルク レベル 1 (入門) ALK		20:40~21:40 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	B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&2 AYA			11:00~12:00 ボール レベル 1&2 SHIGEKO	
12:00									
13:00		13:00~14:00 ハンモックダンス AYA	13:30~14:30 ボール レベル 1 (入門) SHIGEKO		13:00~14:00 Latin Mix AYA				
14:00		14:30~15:30 エアリアルシルク レベル 1&2 AYA			14:30~15:30 ハンモックダンス AYA	14:00~15:00 ボール レベル 1 (入門) MOMOK			14:00~15:00 横・前後 開脚集中講座 (オールレベル) EMIJAY
15:00					15:45~16:45 エアリアルシルク レベル 1 (入門) MIKA				15:15~16:15 ボール レベル 1 AYUMI
16:00						16:30~17:30 ボール レベル 1&2 EMIJAY			
17:00		17:30~18:30 エアリアルシルク レベル 1&2 ALK					16:15~17:15 アクロバット基礎 入門・初級 TOMONORI	16:45~17:45 エアリアルシルク レベル 1 & 2 AYA	16:30~17:30 FLEXIBILITY 入門 NISHIO
18:00									
19:00		19:00~20:00 FLEXIBILITY (柔軟強化) ALK	19:15~20:15 横・前後 開脚集中講座 (オールレベル) EMIJAY						18:00~19:00 POLE LEVEL 1 & 2 KANAKO
20:00		20:15~21:15 エアリアルフープ レベル 1 & 2 ALK							
21:00									
22:00									

※1月11日(月)は祝日の為、夜レッスンの時間が早くなります。