

10月スケジュール

03-5412-2555 TEL受付時間 14:00~21:00

| | 月曜日 (Mon) | | | 火曜日 (Tue) | | | 水曜日 (Wed) | | | 木曜日 (Thu) | | | 金曜日 (Fri) | | | 土曜日 (Sat) | | | 日曜日 (Sun) | | | |
|-------|--|---|------|--|-------|------|---|-------|------|--|------------------------------------|------|--|------------------------------------|------|---|---|------|--|--|--|--|
| | Aスペース | Bスペース | MINI | Aスペース | Bスペース | MINI | Aスペース | Bスペース | MINI | Aスペース | Bスペース | MINI | Aスペース | Bスペース | MINI | Aスペース | Bスペース | MINI | Aスペース | Bスペース | MINI | |
| 9:00 | | | | 9:00~10:00 朝フジボ | | | 9:00~10:00 朝フジボ | | | | | | | | | | | | | | | |
| 10:00 | | | | 10:30~11:30 | | | 10:30~11:30 | | | | | | | | | | | | | | | |
| 11:00 | 11:00~12:00 ボール レベル1 TOMO | 11:00~12:00 ボール レベル2 TOMO | | 10:30~11:30 エアリアルフープ レベル1 Mikitty | | | 柔軟クラス TOMO | | | 11:15~12:15 ボール レベル2 YOKO | 11:15~12:15 ボール レベル1 YOKO | | 10:30~11:30 ボール レベル2 YOKO | 10:30~11:30 ボール レベル1 YOKO | | 10:30~11:30 ボール レベル2 PINOKO | 10:30~11:30 ボール レベル1 PINOKO | | 10:30~11:45 ボール レベル283 KUMI | | | |
| 12:00 | NEW! 12:30~13:15 Bungee Fitness TOMO | | | 12:00~13:00 エアリアルフープ レベル1&2 MIKA | | | ボール1&2でダンス TOMO | | | 12:30~13:30 スピニングボール レベル1 YOKO | | | 11:45~12:45 エキゾチックチェア 基礎 YOKO | | | 11:45~12:45 ボール・ヒール クラス レベル1&2 YOKO | | | 12:00~13:00 ボール レベル1 KUMI | 12:10~13:10 ボール レベル2 KUMI | 12:10~13:10 ボール レベル1 KUMI | |
| 13:00 | NEW! 13:45~14:45 11-25日 Lyrical Pole コレオ (様定) PINOKO | NEW! 13:45~14:45 4-18日 EXOTIC TRICK PINOKO | | 13:25~14:40 コン・セッション75分W9 入門・初級 NON | | | Bungee Fitness TOMO | | | 13:00~14:00 ボール・ヒール 基礎 (オールレベル) YOKO | | | 13:00~14:00 キッズボール PINOKO | | | 13:00~14:00 キッズボール PINOKO | | | 14:45~15:45 ボール レベル2 KUMI | 13:30~14:45 ボール レベル3&4 MOMOYO | | |
| 15:00 | 15:00~16:00 スピニングボール レベル1 MOMOYO | | | 14:50~15:50 FREE POLE | | | NEW! 15:00~16:00 スピニング&フロアコレオ (オールレベル) PINOKO | | | 15:00~16:00 ASIAN EXOTIC POLE PINOKO | | | 14:15~15:30 ボール レベル283 Peggy(KASUMI) | | | 14:30~16:00 PINOKO's WS PINOKO's Heels Style MOMOYO | | | 15:00~16:00 3-17-31日 EXOTIC FLOOR FLOW 基礎 MOMOYO | 15:00~16:00 10-24日 ボール・ヒール基礎 (オールレベル) MOMOYO | 15:00~16:00 10-24日 ボール・ヒール基礎 (オールレベル) TOMO | |
| 16:00 | 16:15~17:30 ボール レベル3&4 MOMOYO | | | 16:00~17:00 EXOTIC FLOW (オールレベル) MOMOYO | | | 16:30~17:30 ボール レベル283 YOKO | | | 16:15~17:30 ボール レベル283 YOKO | | | 15:45~17:00 ボール・トリック リクエスト (オールレベル) NISHIO | | | 16:15~17:30 9-23日 ボールレベル283 MOMOYO | 16:15~17:30 2-16-30日 スピニングボール レベル1 MOMOYO | | 16:15~17:15 キッズボール KUMI | 16:15~17:30 3-17-31日 エアリアルフープ レベル1 Mikitty | 16:15~17:15 ボール フロアフロー TOMO | |
| 18:00 | 18:00~20:15 4-11日 ボール レベル283 Mikitty | 18:00~20:15 18-25日 ボール レベル283 Aki | | 18:10~20:10 ボール レベル1 AYA | | | 18:15~19:15 スピニングボール レベル1 RIE | | | 18:30~19:45 ボール レベル283 NISHIO | | | 18:40~19:40 ボール レベル1&2 AYA | | | 17:45~18:45 ボール・ヒール クラス (スロームーブ) YOKO | | | 18:00~19:15 3-17-31日 ボール レベル283 Mikitty | | | |
| 19:00 | 20:30~21:30 4-11日 ボール・ヒール基礎 (オールレベル) Mikitty | 20:30~21:30 18-25日 Sexy movement (オールレベル) Aki | | 19:20~20:20 ボール レベル2 Peggy(KASUMI) | | | 19:30~20:30 Sexy movement (オールレベル) RIE | | | 19:30~20:00 NEW! 19:30~20:30 13-27日 KPOP x POLE EDANCE Peggy(KASUMI) | | | 20:00~21:15 ボール レベル3&4 NISHIO | | | 19:00~20:00 エキゾチックチェア 基礎 YOKO | | | 20:10~21:10 ボール レベル1 AYA | 20:15~21:45 2日 MOMOYO WS! MOMOYO | 20:15~21:45 2日 YOKO WS! Char Acro YOKO | |
| 20:00 | 20:30~21:30 4-11日 ボール・ヒール基礎 (オールレベル) Mikitty | 20:30~21:30 18-25日 Sexy movement (オールレベル) Aki | | 20:45~21:45 ボール レベル283 MOMOYO | | | 20:45~22:00 13-27日 ボール レベル283 Peggy(KASUMI) | | | 19:30~20:30 6-20日 ボール レベル1&2 Peggy(KASUMI) | | | 20:30~21:30 ボール レベル2 RIE | | | 20:10~21:10 ボール レベル1 AYA | | | 20:30~21:30 ボール レベル1 RIE | | | |
| 21:00 | | | | 21:00~22:00 ボール レベル1 Peggy(KASUMI) | | | 20:45~22:00 13-27日 ボール レベル283 Peggy(KASUMI) | | | NEW! 20:00~20:45 6-20日 KPOP x POLE DANCE Peggy(KASUMI) | | | 21:30~22:30 ストレッチ入門 NISHIO | | | | | | | | | |
| 22:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

***初心者マークのついているクラスはレベル1の主観種でも受講可能なクラスです!

☆...星マークのついているクラスは「受け放題プラン」の生徒様が受講可能なクラスです!