

8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 朝アリボ			9:00~10:00 朝アリボ														
10:00							10:30~11:30 柔軟クラス TOMO														
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					11:45~12:45 ボール1&2でダンス 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		10:00~11:00 ボール レベル2 PINOKO	10:00~11:00 ボール レベル1 PINOKO		10:30~11:45 ボール レベル253 YUI			
12:00	12:30~13:15 Bungee Fitness TOMO			12:00~13:00 エアリアルフープ レベル1&2 MKKA		12:15~13:15 2+16-30日 ボール レベル1&2 AYUYMI		12:30~13:00 スピンギングボール ストリップスタイル YOKO				11:45~12:45 エキゾチックチエア 基礎 YOKO		11:15~12:15 エキゾチックチエア YOKO		11:15~12:15 エキゾチックチエア YOKO		12:10~13:10 ボール レベル2 YUI	12:10~13:10 ボール レベル1 YUI		
13:00				13:25~14:40 コンタクション7分WQ 入門+初級 NON			14:10~15:10 ハンスタアームホールド ンゾルダー 集中講座 TOMO		13:45~14:45 FREE POLE			13:00~14:00 ストリップ+ヒール 基礎 YOKO		13:30~14:45 キッズボール 中+上級 PINOKO		13:30~14:45 キッズボール 入門+初級 PINOKO		13:30~14:45 ボール レベル3&4 MOMOYO			
14:00	13:45~14:45 ボール オールレベル (60min) PINOKO								15:00~16:00 FREE POLE			15:00~16:00 ASIAN EXOTIC POLE PINOKO		14:15~15:30 ボール オールレベル Pego (KASUMI)		14:15~15:30 NEW! 13:35~14:35 キッズボール 入門+初級 KUMI		15:00~16:00 EXOTIC FLOOR FLOW (基礎) MOMOYO			
15:00	15:00~16:00 スピンギングボール レベル1&2 MOMOYO			15:00~16:00 スピンギングボール レベル1 MOMOYO		15:15~16:15 チケット専用 フリーボール YOKO		15:15~16:15 ボール オールレベル YOKO		16:15~17:30 ボール レベル253 YOKO		15:45~17:00 ボールトリッククエスト (オールレベル) NISHIO		14:45~16:15 PINOKO's WS Heels Style PINOKO's		14:45~16:15 PINOKO's WS Heels Style PINOKO's		16:30~17:30 エアリアルフープ レベル1&2 Mkitty	16:15~17:15 14+28日 夏休み特別企画! ワンコインレッスン 14日miss 25日noho		
16:00	16:15~17:30 ボール レベル3&4 MOMOYO			16:15~17:15 FREE POLE		16:30~17:30 ボール レベル1&2 RE		16:30~17:30 ボール レベル1 RE		18:00~19:00 スピンギングボール レベル1 SALLY		18:45~20:00 ボールレベル3&4 STATIC OR SPINNING NISHIO		18:30~17:45 ボール レベル2&3 MOMOYO		18:00~19:00 ボール レベル1 MOMOYO		18:00~19:00 7+21日 ボール オールレベル Mkitty	17:30~18:45 14+28日 ボール オールレベル Mkitty		
17:00	17:15~18:15 スピンギングボール レベル1 AYUYMI			19:15~20:15 EXOTIC FLOOR FLOW (アトランス) MOMOYO		19:15~20:15 ボール レベル2 Pego(KASUMI)		19:30~20:30 Sexy movement (オールレベル) RE		19:30~20:30 ボール レベル1&2 Pego(KASUMI)		19:15~20:30 ボール レベル253 YUI		19:00~19:30 スピンギングボール レベル1 MOMOYO							
18:00																					
19:00	19:15~20:15 スピンギングボール レベル1 AYUYMI			20:45~21:45 スピンギングボール レベル1 MOMOYO		21:00~22:00 ボール レベル1&2 Pego(KASUMI)		20:45~21:45 ボール オールレベル Pego (KASUMI)		20:45~21:45 ボール レベル1&2 YUI											
20:00	20:30~21:30 ボール レベル1&2 mis																				
21:00	1日のみ 20:30~21:30 KPOPでPOLEDANCE Pego(KASUMI)																				
22:00																					

***初心者マークのついていないクラスはレベル1の生徒様でも受講可能なクラスです!
 ☆**星マークのついていないクラスは"受け放題プラン"の生徒様が受講可能なクラスです!