

# 9月スケジュール

03-5412-2555 TEL受付時間 14:00~21:00

	月曜日 (Mon)	
	Aスタジオ	Bスタジオ
10:00		
11:00		
12:00	11:30~12:30 ポール レベル1&2 SALLY	11:30~12:30 エアリアルシルク レベル1
13:00	13:00~14:00 前立 & 後戻泳化 acha	SAYO
14:00	12:45~13:45 エアリアルシルク レベル1&2	SAYO
15:00	14:15~15:15 テケット専用フリポ	14:15~15:15
16:00	15:30~16:30 エアリアルシルク レベル1	15:30~16:30 FREE POLE
17:00		
18:00	19:00~20:00 ポール超入門 YUI	19:00~20:15 ポールトリッククエスト (オールレベル) NISHIO
19:00	20:40~21:40 19日18:00~19:00 ポールレベル1&2 YUI	20:30~21:45 19日19:30~20:45 ポール レベル2&3 NISHIO
20:00	22:00~23:15 19日21:00~22:15 ポールレベルに合わせて カスタマイズ (リクエスト可能) NISHIO	22:00~23:00 19日21:00~22:00 テケット専用フリポ
21:00		
22:00		

	火曜日 (Tue)	
	Aスタジオ	Bスタジオ
10:00		
11:00		
12:00	11:30~12:30 8, 20日スピニングポール レベル1 SALLY	11:30~12:30 テケット専用フリポ
13:00	12:45~14:00 ポール レベル2&3 SALLY	12:45~13:45 ポール ヒール超入門 YUI
14:00	14:15~15:15 テケット専用フリポ	14:15~15:15
15:00	15:30~16:30 テケット専用フリポ	15:30~16:30 ポールレベル1&2 YUI
16:00	15:45~16:45 テケット専用フリポ	16:45~17:45
17:00	17:15~18:15 NEW! エアリアルシルク レベル1 SAYO	17:50~18:50 テケット専用フリポ
18:00		
19:00	19:00~20:15 スピニングポール レベル1 RE	19:00~20:15 ポール レベル2&3 acha
20:00	20:30~21:30 ポール レベル1&2 RE	NEW! 20:30~21:30 Body CONTROL STRETCH acha
21:00	21:45~22:45 テケット専用フリポ	
22:00		

	水曜日 (Wed)	
	Aスタジオ	Bスタジオ
10:00		
11:00		
12:00	11:45~13:00 ポール レベル2&3 14, 21日PINOKO 7, 28日Sally	11:45~12:45 ポール レベル1&2 SALLY
13:00	13:15~14:15 ヒール初心者さんクラス	13:15~14:15 FREE POLE
14:00	14:30~15:30 スピニングポール レベル1 MOMO.K	14:30~15:30 運動リハビリ SHIGEKO
15:00	21, 28日15:45~16:45 ポール・ヒール基礎 (オールレベル) 14日15:45~17:00 ポールレベル1&2 STATIC OR SPINNING MOMO.K	16:00~17:00 ポール レベル1&2 SALLY
16:00	17:15~18:15 FREE POLE	
17:00	19:00~19:00 エアリアルフープ レベル1	
18:00	19:00~20:00 スピニングポール レベル1 SHIGEKO	19:15~20:30 エアリアルフープ レベル2&3 KOZUE
19:00	20:15~21:15 振付ヒールクラス	20:50~21:50 フリアクロ 初級以上 TOMONORI
20:00		
21:00		
22:00		

	木曜日 (Thu)	
	Aスタジオ	Bスタジオ
10:00		
11:00		
12:00	11:30~12:45 POLE ALL LEVEL PINOKO	11:45~12:45 テケット専用フリポ
13:00	13:00~14:00 スピニングポール レベル2 PINOKO	14:15~15:30 ポール レベル2&3 akane & platinum
14:00	14:15~15:15 NEW! 14:15~15:15 Body CONTROL STRETCH acha	15:45~16:45 アクロバット基礎 入門・初級
15:00	15:30~16:30 スピニングポール レベル1&2 acha	17:00~18:00 FREE POLE
16:00	18:00~19:15 スピニングポール レベル2以上 AI	18:15~19:15 テケット専用フリポ
17:00	19:30~20:30 EXOTIC FLOOR FLOW (基礎) MOMOYO	20:45~21:45 アクロバット基礎 (入門・初級) BEKKUN
18:00	20:45~21:45 EXOTIC FLOW MOMOYO	
19:00		
20:00		
21:00		
22:00		

	金曜日 (Fri)	
	Aスタジオ	Bスタジオ
10:00	10:30~11:45 POLE ALL LEVEL AYUYM	11:15~12:15 ポール レベル1&2 SALLY
11:00	12:00~13:00 ストレッチ入門 AYUM	12:00~13:00 スピニングポール レベル2以上 SALLY
12:00	13:15~14:30 TRICK & COMBINATION AYUM	13:45~14:45 ポール レベル1&2 MOMO.K
13:00	14:45~15:45 スピニングポール レベル1 AYUYM	15:00~16:00 FREE POLE
14:00	18:00~19:15 23日17:15~18:30 フライングポール初級 SHIGEKO	16:15~17:15 FREE POLE
15:00	19:30~20:30 2, 20日 振付ヒールクラス 23日18:45~19:45 スピニングポール レベル1 SHIGEKO	19:20~20:20 2, 16日 エアリアルフープ レベル1 MOMOYO
16:00	20:45~22:00 23日20:00~21:15 ポール レベル2&3 Pepo (KASUMI)	21:00~22:00 2, 16日 エアリアルフープ レベル1 Pepo (KASUMI)
17:00	21:30~22:30 KPOPE/POLEDANCE Pepo (KASUMI)	8日20:45~22:00 23日20:00~21:15 ポールレベル3&4 STATIC OR SPINNING MOMO.K
18:00		
19:00		
20:00		
21:00		
22:00		

	土曜日 (Sat)	
	Aスタジオ	Bスタジオ
10:00	10:30~11:30 ポール レベル1&2 AI	10:30~11:30 10・24日テケット専用フリポ 3・17日ボディコントロール AYUM
11:00	11:45~13:00 スピニングポール レベル2以上 AI	11:45~13:00 ポール レベル2&3 AYUM
12:00	13:15~14:30 ポール レベル3&4 AI	13:15~14:15 スピニングポール 入門 AYUYM
13:00	14:45~15:45 スピニングポール レベル1 MOMO.K	14:30~15:30 ポール レベル1&2 10-17日akane & platinum 3-24日YOSHIIRO
14:00	16:00~17:15 ポールレベル2&3 6-20日 akane & platinum	15:30~17:05 コンテ・ジャンプ75分WS 入門・初級 NON
15:00	17:30~18:30 19日ポールダブルクラス 17日ポール・フリースポーツクラス (オールレベル) akane & platinum	17:30~18:30 FLEXY TRICK w/HEELS (柔軟トリック初級) MOMO.K
16:00	18:45~19:45 ポール レベル1 NISHIO	18:45~19:45 ポール レベル1 NISHIO
17:00	20:00~21:15 ポールトリッククエスト (オールレベル) NISHIO	20:00~21:00 KPOPE/POLEDANCE Pepo (KASUMI)
18:00		
19:00		
20:00		
21:00		
22:00		

	日曜日 (Sun)	
	Aスタジオ	Bスタジオ
10:00	10:30~11:30 ポールレベル1&2 AYUM	10:45~11:45 KPOPE/POLEDANCE
11:00	12:00~13:15 ポール 3&4 STATIC OR SPINNING AYUYM	12:00~13:15 ポール レベル2&3 Pepo (KASUMI)
12:00	13:30~14:30 POLE FLOOR FLOW AYUM	13:30~14:30 4-25日 ポールレベル1 akane & platinum
13:00	14:45~16:00 STRIP HEELS ADVANCE YOKO	14:45~16:00 Body Conditioning WS 11日 15日16日Pepo (KASUMI)
14:00	16:15~17:30 エキゾチックチアエア アーティスティックWS YOKO	16:15~17:15 Aerial Hoop WS 18日14:45~16:00 TRICK & COMBINATION YOSHIIRO
15:00	18:00~19:00 ポール・ヒールクラス (スロームーブ) MOMOYO	18:00~19:00 SHIGEKO
16:00	19:30~20:45 EXOTIC FLOOR FLOW (ADVANCE) MOMOYO	19:30~20:45 SHIGEKO
17:00		
18:00		
19:00		
20:00		
21:00		
22:00		

...初心者マークのついているクラスはレベル1の生徒様でも受講可能なクラスです！