

# 12月 五反田スタジオ スケジュール

03-5412-2555 TEL受付時間 14:00~21:00

曜日	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スタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	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	チケット専用フリポ	11:30~12:30 13~27日 スピニングポール入門 ※初級 スピニングポールレベル1	11:30~12:30 チケット専用フリポ	11:45~12:00 ポール レベル 2&3	11:45~12:00 ポール 3&4 STATIC OR SPINNING	11:30~12:45 ポール オールレベル	11:45~12:45 ポール オールレベル	11:30~12:45 ポール オールレベル	11:15~12:15 9~23日のみ ポールレベル1&2 SALLY	11:15~12:15 ポール レベル 2&3	10:30~11:45 NEW! 10:30~11:45 ※10日のみFREE POLE レベル 2&3	10:30~11:45 ポール レベル 2&3 AYUMI 3日 YOSHIBIRO	10:30~11:45 ※10日のみ 10:30~11:30 ※4日除く
13:00	13:00~14:00 独立も得意強化 acha	チケット専用フリポ	12:45~14:00 ポール 3&4 STATIC OR SPINNING	12:45~13:45 NEW! 12:45~14:00 チケット専用フリポ	12:45~14:00 ポール レベル 2&3 YUI 8日 sayuri	12:45~14:00 ポール 3&4 STATIC OR SPINNING	12:45~14:00 ポール レベル 1&2 SALLY	12:00~14:00 スピニングポール レベル 2	12:00~14:00 ポール レベル 1&2 SALLY	12:00~13:00 ストレッチ入門 AYUMI	12:00~13:00 ポール レベル 2&3 AYUMI 10月21日 11月1日	12:00~13:00 12:00~13:00 16日 ポール レベル 2 ※3日のみ11:45~12:45 ポール・フリー・サポータークラス aka Platinum	10:24日ボクティンポール	10:24日ボクティンポール
14:00	14:00~15:15 基礎練習 acha	NEW! 14:15~15:15 アイソレーション・ リズミカル・スピニング (兼付あり)	14:15~15:15 ポール ヒール超入門 YUI ※8日のみ ヒール入門 sayuri	14:15~15:15 NEW! 14:15~15:15 スピニングポール入門	14:15~15:15 ポール レベル 1&2 SALLY	14:15~15:15 ポール レベル 2&3	14:15~15:15 BODY CONTROL STRETCH acha	14:15~15:15 ポール レベル 2&3 aka Platinum	14:15~15:15 ポール レベル 2&3	13:15~14:30 Elizabeth's WSF POLE ART Pole Spinning 4 floor	13:15~14:30 Elizabeth's WSF Pole Spinning 4 floor	13:15~14:30 ポール レベル 3&4 AI 3日 aka Platinum	11:45~13:00 ポールレベル 3 AYUMI	11:45~13:00 ポール レベル 2&3 AYUMI 4日 YOSHIBIRO
15:00	15:00~16:30 基礎練習 acha	15:00~16:30 ポール レベル 1&2 YUI 8日 sayuri	15:00~16:30 ポール レベル 1&2 YUI 8日 sayuri	15:00~16:30 ポール レベル 1&2 YUI 8日 sayuri	15:00~16:30 ポール レベル 1&2 SALLY	15:00~16:30 ポール レベル 1&2 SALLY	15:00~16:30 スピニングポール レベル 1&2	15:00~16:30 ポール レベル 1&2 SALLY	15:00~16:30 ポール レベル 1&2 SALLY	15:00~16:00 TRICK & COMBINATION Elizabeth	15:00~16:00 ポール ヒール超入門 MOMO.K	14:30~15:30 NEW! 14:30~15:45 スピニングポール レベル 1&2 MOMO.K	14:30~15:30 ポール レベル 1&2 AYUMI 3日 YOSHIBIRO	14:30~15:30 ポール レベル 1&2 AYUMI 3日 YOSHIBIRO
16:00	16:00~17:00 基礎練習 acha	16:00~17:00 ポール レベル 1&2 YUI 8日 sayuri	16:00~17:00 ポール レベル 1&2 YUI 8日 sayuri	16:00~17:00 ポール レベル 1&2 YUI 8日 sayuri	16:00~17:00 ポール レベル 1&2 SALLY	16:00~17:00 ポール レベル 1&2 SALLY	16:00~17:00 スピニングポール レベル 1&2	16:00~17:00 ポール レベル 1&2 SALLY	16:00~17:00 ポール レベル 1&2 SALLY	16:00~17:00 POLE FLOOR FLOW AYUMI	16:00~17:00 ポール ヒール超入門 MOMO.K	15:45~16:45 NEW! 15:45~16:45 スピニングポール レベル 1&2 MOMO.K	15:45~16:45 ポール レベル 1&2 AYUMI 3日 YOSHIBIRO	15:45~16:45 ポール レベル 1&2 AYUMI 3日 YOSHIBIRO
17:00	17:00~18:15 基礎練習 acha	17:00~18:15 ポール レベル 1&2 YUI 8日 sayuri	17:00~18:15 ポール レベル 1&2 YUI 8日 sayuri	17:00~18:15 ポール レベル 1&2 YUI 8日 sayuri	17:00~18:15 ポール レベル 1&2 SALLY	17:00~18:15 ポール レベル 1&2 SALLY	17:00~18:15 スピニングポール レベル 1&2	17:00~18:15 ポール レベル 1&2 SALLY	17:00~18:15 ポール レベル 1&2 SALLY	17:00~18:15 FREE POLE	17:00~18:15 ポール ヒール超入門 MOMO.K	17:00~18:15 NEW! 17:00~18:15 スピニングポール レベル 1&2 MOMO.K	17:00~18:15 ポール レベル 1&2 AYUMI 3日 YOSHIBIRO	17:00~18:15 ポール レベル 1&2 AYUMI 3日 YOSHIBIRO
18:00	18:00~19:00 基礎練習 acha	18:00~19:00 ポール レベル 1&2 YUI 8日 sayuri	18:00~19:00 ポール レベル 1&2 YUI 8日 sayuri	18:00~19:00 ポール レベル 1&2 YUI 8日 sayuri	18:00~19:00 ポール レベル 1&2 SALLY	18:00~19:00 ポール レベル 1&2 SALLY	18:00~19:00 スピニングポール レベル 1&2	18:00~19:00 ポール レベル 1&2 SALLY	18:00~19:00 ポール レベル 1&2 SALLY	18:00~19:00 FLYING POLE 初級 SHIGEKI	18:00~19:00 ポール ヒール超入門 MOMO.K	18:00~19:00 NEW! 18:00~19:00 スピニングポール レベル 1&2 MOMO.K	18:00~19:00 ポール レベル 1&2 AYUMI 3日 YOSHIBIRO	18:00~19:00 ポール レベル 1&2 AYUMI 3日 YOSHIBIRO
19:00	19:00~20:00 ヒール超入門 YUI	19:00~20:15 ポールトリッククワエスト （オールレベル） NISHIO	19:00~20:15 ポール レベル 2&3 acha 21日 AKUMI	19:00~20:15 ポール レベル 2&3 acha 21日 AKUMI	19:00~20:00 スピニングポール レベル 1	19:00~20:00 スピニングポール レベル 1	19:00~20:00 ポール レベル 2&3 acha	19:00~20:00 ポール レベル 2&3 acha	19:00~20:00 ポール レベル 2&3 acha	19:00~19:15 NEW! 19:00~19:00 スピニングポール レベル 1 AKI	19:00~19:15 ポール ヒール超入門 MOMO.K	19:00~19:15 NEW! 19:00~19:00 スピニングポール レベル 1 AKI	19:00~19:15 ポール レベル 1&2 AYUMI 3日 YOSHIBIRO	19:00~19:15 ポール レベル 1&2 AYUMI 3日 YOSHIBIRO
20:00	20:00~21:45 スピニングポール レベル 1	20:00~21:45 ポール レベル 2&3 NISHIO	20:00~21:45 ポール レベル 2&3 acha 27日 AYUMI	20:00~21:45 ポール レベル 2&3 acha 27日 AYUMI	20:00~21:15 エアリアルフープ ポールレベル	20:00~21:15 エアリアルフープ ポールレベル	20:00~21:15 ポール レベル 2&3 acha	20:00~21:15 ポール レベル 2&3 acha	20:00~21:15 ポール レベル 2&3 acha	20:00~20:30 2:15日 兼付ヒールクラス sayuri	20:00~20:30 ポール レベル 1 NISHIO	20:00~20:30 ポール レベル 1 NISHIO	20:00~20:30 ポール レベル 1 NISHIO	20:00~20:30 ポール レベル 1 NISHIO
21:00	20:45~21:45 ポール レベル 1&2 Papa (KASUMI)	20:30~21:45 ポール レベル 2&3 NISHIO	20:30~21:45 ポール レベル 2&3 acha 27日 AYUMI	20:30~21:45 ポール レベル 2&3 acha 27日 AYUMI	20:45~21:45 エアリアルフープ 初級以上	20:45~21:45 エアリアルフープ 初級以上	20:45~21:45 ポール レベル 1&2 sayuri	20:45~21:45 ポール レベル 1&2 sayuri	20:45~21:45 ポール レベル 1&2 sayuri	20:45~21:45 ポール レベル 1&2 sayuri	20:45~21:45 ポール レベル 1&2 sayuri	20:45~21:45 ポール レベル 1&2 sayuri	20:45~21:45 ポール レベル 1&2 sayuri	20:45~21:45 ポール レベル 1&2 sayuri
22:00	22:00~23:15 ポールレベルに合わせて カスタマイズ! (リクエスト可)	22:00~23:00 チケット専用フリポ	22:00~23:00 ポール レベル 2&3 acha 27日 AYUMI	22:00~23:00 ポール レベル 2&3 acha 27日 AYUMI	22:00~23:00 エアリアルフープ 初級以上	22:00~23:00 エアリアルフープ 初級以上	22:00~23:00 ポール レベル 1&2 sayuri	22:00~23:00 ポール レベル 1&2 sayuri	22:00~23:00 ポール レベル 1&2 sayuri	22:00~23:00 ポール レベル 1&2 sayuri	22:00~23:00 ポール レベル 1&2 sayuri	22:00~23:00 ポール レベル 1&2 sayuri	22:00~23:00 ポール レベル 1&2 sayuri	22:00~23:00 ポール レベル 1&2 sayuri

\*\*\*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!

※2022年12月27日(木)まで受講可能  
※2022年12月4日(木)から受講可能