

# 1月 六本木スタジオ 入門者スケジュール

	月曜日 (Mon)		火曜日 (Tue)		
	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	Bスタジオ	Gスタジオ
11:00				11:15~12:15 エアリアルシルク レベル 1&2 AYA	
12:00	12:45~13:45 ボール レベル 1&2 MOMOKI	12:30~13:30 エアリアルフープ レベル 1 AYA	12:40~13:40 エアリアルヨガ AYA	13:30~14:30 ボール レベル 1&2 ELLES	
13:00		NEW!! 14:00~15:00 16~30日 エアリアルシルク入門・基礎 16~25日 エアリアルフープ入門・基礎 AYA		14:45~15:45 ストレッチ入門 ELLES	
14:00					
15:00					
16:00		15:30~16:30 エアリアルシルク レベル 1&2 AYA	15:30~16:30 エアリアルフープ レベル 1&2 AYA		
17:00					
18:00					
19:00	18:45~19:45 エアリアルシルク レベル 1 MIKA		19:15~20:15 ボール レベル 1&2 ELLES		
20:00				19:30~20:30 ボール レベル 1 ELLES	
21:00					
22:00	21:30~22:30 エアリアルシルク レベル 1&2 MIKA				

	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						
12:00	11:30~12:30 ボール レベル 1&2 AKI			11:45~12:45 ボール レベル 1&2 AYUMI		
13:00		13:00~14:00 エアリアルフープ 入門・基礎 MOE				
14:00				14:15~15:15 エアリアルフープ レベル 1 MOE		
15:00						
16:00				16:00~17:00 エアリアルフープ レベル 1&2 AYUKO		
17:00						
18:00						
19:00				19:30~20:30 エアリアルシルク レベル 1 MIKA		
20:00			20:15~21:15 ボール レベル 1 NISHIO	20:30~21:30 ボール レベル 1&2 SHIGEKO		
21:00			21:00~21:30 エアリアルフープ レベル 1 SHIGEKO			
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					10:00~11:00 7~21日 エアリアルシルク入門 (入門者のみ参加可能) AYA				
12:00				11:00~12:00 ボール レベル 1&2 SHIGEKO	11:15~12:15 エアリアルシルク レベル 1&2 AYA		11:00~12:00 ボール レベル 1&2 AKI	11:00~12:00 エアリアルフープ レベル 1&2 AYUKO	
13:00		13:00~14:00 ハンモックダンス レベル 1 AYA	13:30~14:30 ※13・27日除く 筋力リリース + ほぐしストレッチ SHIGEKO		12:40~13:40 エアリアルフープ レベル 1&2 AYA				
14:00				14:00~15:00 ハンモックダンス レベル 1&2 AYA	14:00~15:00 エアリアルシルク入門 (入門者のみ参加可能) AYA			14:00~15:00 エアリアルシルク入門 (入門者のみ参加可能) AYA	
15:00		14:30~15:30 エアリアルシルク レベル 1&2 AYA	14:45~15:45 ストレッチ入門 ELLES		15:15~16:15 エアリアルシルク レベル 1&2 AYA			15:15~16:15 エアリアルシルク レベル 1&2 AYA	
16:00			16:00~17:00 ボール レベル 1&2 ELLES		15:30~16:30 エアリアルシルク レベル 1 MIKA			16:45~17:45 アクロバット基礎 入門・初級 TOMONORI	17:45~18:45 基礎ストレッチ SHIGEKO
17:00						16:30~17:30 ボール レベル 1 ELLES			
18:00						17:45~18:45 ボール レベル 1 SHIGEKO			
19:00				18:15~19:15 エアリアルシルク レベル 1&2 MIKA					
20:00	19:00~20:00 エアリアルシルク レベル 1 MIKA								
21:00									
22:00									

※1/19(火)~14(土)は改修工事のため六本木3スタジオはお休みとなります。