

# 4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

	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	11:30~12:30 チケット専用フリポ	11:30~12:30 8-19日 スピニングポール入門 11-25日 スピニングポール レベル1 SALLY	11:30~12:30 12:45~14:00 ポール レベル 3&4 STATIC OR SPINNING YUI	11:45~13:00 ポール レベル 2&3 PINKO	NEW! 11:45~13:00 Pole Trick & Combination AYUMI	11:30~12:45 ポール オールレベル PINKO	11:30~12:45 スピニングポール レベル1 PINKO	10:30~11:45 スピニングポール レベル1 AYUMI	11:00~12:00 チケット専用フリポ ヒール着用不可	10:30~11:45 ポール レベル 2&3 AYUMI	10:30~11:45 ポール レベル 2&3	11:00~12:00 ※9日除く チケット専用フリポ ヒール着用不可	
13:00	13:00~14:00 側立 & 後屈強化 acha	12:45~13:45 チケット専用フリポ	12:45~14:00 ポール レベル 2&3 SALLY	14:15~15:15 ポール レベル 3&4 YUI	12:45~14:00 スピニングポール レベル1 PINKO	13:00~14:00 ポール レベル 1&2 Pego (KASUMI)	13:00~14:00 スピニングポール レベル1 PINKO	13:00~14:45 ポール レベル 3&4 STATIC OR SPINNING AYUYMI	12:30~13:30 ポール レベル 1&2 MOMO.K	12:30~13:00 スピニングポール レベル1以上(60min) YOSHIMOTO	11:45~13:00 ポール レベル 2&3 AYUYMI	NEW! 12:00~13:15 STATIC OR SPINNING AYUMI	12:15~13:15 KPOP EROLEDANCE Pego (KASUMI)	
14:00	14:30~15:15 基礎強化 acha	14:15~15:15 アディンレーション+ リズムトレーニング (振付あり) acha	14:15~15:15 ポール ヒール入門 YUI	14:15~15:15 ポール レベル 1&2 YUI	14:30~15:30 スピニングポール レベル 1&2 MOMO.K	14:15~15:15 チケット専用フリポ	14:15~15:15 チケット専用フリポ	14:15~15:15 チケット専用フリポ	14:00~15:00 ポール ヒール入門 MOMO.K	13:15~14:30 ※1日FREE POLE (Bスタジオ) ポール レベル 3&4 AI	NEW! 13:15~14:15 ※1日のみAスタジオ スピニングポール レベル1 AYUMI	13:30~14:30 POLE FLOOR FLOW AYUMI	13:30~14:30 ポール レベル 1&2 Pego(KASUMI)	
15:00	15:30~16:30 スピニングポール レベル1 SALLY	15:30~16:30 チケット専用フリポ	15:30~16:30 チケット専用フリポ ヒール着用不可	15:30~16:30 ポール レベル 1&2 YUI	15:45~16:45 Sexy Slow Movement MOMO.K	15:45~16:45 スピニングポール 入門 AYUYMI	15:30~16:30 スピニングポール レベル 1&2 acha	15:30~16:30 スピニングポール レベル 1&2 acha	15:15~16:15 FREE POLE ヒール着用不可	16:00~17:15 ポール レベル 2&3 8-29日 ポールトリックコンビネーション (リクエスドK1) YOSHIMOTO	14:45~15:45 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 YOSHIMOTO	14:45~16:00 ポール レベル 2&3 Pego (KASUMI)	14:45~16:00 Pole Trick & Combination AYUMI
16:00			16:45~17:45 チケット専用フリポ ヒール着用不可	16:45~17:45 チケット専用フリポ ヒール着用不可	17:15~18:15 FREE POLE ヒール着用不可	17:00~18:00 チケット専用フリポ ヒール着用不可	17:15~18:15 FREE POLE ヒール着用不可	18:00~19:15 スピニングポール レベル 2 以上 AI	18:00~19:00 スピニングポール レベル 1 AKI	18:00~19:00 FREE POLE ※7-21日FREE POLE スピニングポール レベル1 SHIZUKO #2 SALLY	16:00~17:15 ポール レベル 2&3 8-29日 ポールトリックコンビネーション (リクエスドK1) YOSHIMOTO	15:50~17:05 コントーション75分WS 入門-初級 NON	16:15~17:15 ポール レベル 2&3 Pego (KASUMI)	16:15~17:15 スピニングポール 入門 MOMOYO
17:00														
18:00	19:00~20:15 ポールトリッククエスト オールレベル NISHIO	19:00~20:00 ヒール入門 YUI	19:00~20:15 8-19日 スピニングポール レベル1 ACHA	19:00~20:15 ※25日FREE POLE ポール レベル 2&3 acha	19:00~20:00 スピニングポール レベル 1 SHIZUKO	19:15~20:15 ※26日19:00~20:00 ポール レベル 1&2 AYUMI	19:30~20:30 Sexy Slow Heels sayuri	19:30~20:30 Sexy Slow Movement MOMO.K	NEW! 19:00~20:00 Sayuri Style Exotic オールレベル sayuri	18:45~19:45 ポール レベル 3&4 STATIC OR SPINNING (60min) SALLY	18:45~19:45 ポール レベル 1 NISHIO	18:45~19:45 ポール レベル 2&3 MOMOYO	18:45~19:45 チケット専用フリポ	
20:00	20:30~21:45 ポール レベル 2&3 NISHIO	20:40~21:40 スピニングポール レベル1 YUI	20:15~21:15 ポール レベル1&2 RIE	20:30~21:30 ※25日FREE POLE BODY CONTROL STRETCH acha	NEW! 20:15~21:15 ポール・ヒールクラス スロームーブ SHIZUKO	20:30~21:30 ※26日のみ 20:15~21:30 ポール レベル 2&3 AYUMI	20:45~21:45 ※20-27日FREE POLE Exotic Trick + 振付 sayuri	20:45~21:45 アクトバット基礎 入門-初級 BEKKUN	NEW! 20:15~21:30 POLE LEVEL 2&3 sayuri	18:45~19:45 ポール レベル 3&4 STATIC OR SPINNING (60min) SALLY	20:00~21:15 ポールトリッククエスト オールレベル NISHIO	20:00~21:15 1-29日 スピニングポールヒールアドバンス SALLY	19:15~20:30 MOMOYO's WS! 振付スピニングポールヒール MOMOYO	
21:00	22:00~23:15 ポールレベルに合わせて カスタマイズ1 (リクエスド可能) NISHIO	22:00~23:00 チケット専用フリポ	21:30~22:30 ※4日除く チケット専用フリポ	21:30~22:30 ポール レベル 3&4 STATIC OR SPINNING MOMO.K	21:30~22:30 ※8日21:45~22:45 チケット専用フリポ					20:45~21:45 エアリアルフープ レベル1 MOMO.K				

\*\*\*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！