

4月 銀座スタジオ スケジュール

※13(土)・14(日)はPolish Exhibitionのため全スタジオが休館となります

	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)
10:00			10:30~11:30 スピニングボール 超入門	10:45~11:45 ※4・18日のみ エアリアルシルク 入門・基礎 MARICO		10:30~11:45 Pole Trick Clinic	10:00~11:00 ※7・21日のみ フライングボール スピ
11:00	11:00~12:00 ※15日除く エアリアルストレッチ ACO	11:45~12:45 エアリアルフープ 入門&レベル1	11:45~12:45 ボール レベル 1&2 Hitomi	11:00~12:30 ※11・25日のみ エアリアルシルク 90分(オプショナル) オールレベル MARICO	11:15~12:15 ボール レベル 1&2 AYA	AYUMi	Milly
12:00	12:15~13:15 ※15日除く エアリアルシルク 入門・基礎 ACO	葉		12:00~13:00 ※4・18日のみ エアリアルシルク レベル 1&2 MARICO	12:45~13:45 5・19日 エアリアルフープ入門・基礎 12・26日 エアリアルハンモック AYA	12:00~13:00 スピニングボール レベル1 AYUMi	11:20~12:20 ボール レベル 1&2 ao
13:00	14:00~15:15 ポールトリッククエスト (オールレベル) NISHIO	13:00~14:00 エアリアルシルク 入門・基礎 葉	13:15~14:15 エアリアルフープ 入門・基礎 Hitomi	13:30~14:45 ボール レベル 2&3 AYAKO	14:00~15:00 エアリアルフープ オールレベル AYA	13:15~14:15 BODY CONTROL STRETCH AYUMi	12:45~13:45 POLE ART (POLE LEVEL 2以上) ao
14:00	15:30~16:30 ボール レベル 1&2 NISHIO	14:20~15:20 新体操のベースを用いた body conditioning +stretch MOKA	14:30~15:30 YOGAのベースを用いた body conditioning +stretch Antonia	15:00~16:00 ボール レベル 1&2 AYAKO		14:30~15:45 27日 ボール レベル 3&4 6・20日(〜15:30) Pole Floor Flow基礎 AYUMi	14:00~15:15 ポール レベル 3&4 STATIC OR SPINNING NISHIO
15:00			16:00~17:00 ※24日除く エアリアルフープ 入門・基礎 Momo			16:00~17:00 ボール レベル 1&2 Momo	15:30~16:30 独立&基礎強化クラス NISHIO
16:00	17:15~18:15 ※8日除く ※29日16:45~17:45 スピニングボール レベル1 Pego (KASUMI)			18:00~19:00 ※11・18日除く スピニングボール レベル1 SALLY		17:15~18:15 基礎クラス 後編入門 Momo	16:45~18:00 ボール レベル 2&3 NISHIO
17:00	18:30~19:30 ※8日除く ※29日18:00~19:00 ボール レベル 1&2 Pego (KASUMI)	19:00~20:00 スピニングボール 超入門 RIE	19:00~20:00 ボール レベル 1&2 Momo	18:45~20:00 ※11・18日のみ フライングボールWS Milly	18:30~19:30 ボール レベル 1&2 ELLES	18:30~19:30 ボール レベル 1&2 NISHIO	18:15~19:15※28日のみ スピニングボール レベル1 RIE
18:00	19:45~20:45 ※8日19:00~20:00 ※29日19:15~20:15 ヒールコレオクラス YUI	20:15~21:15 ボール レベル 1&2 RIE	20:15~21:15 FLEXY TRICK (Cocoon, Eagle, Spleen & Superpain) Momo	19:15~20:15 ※11・18日除く 基礎強化クラス SALLY	19:45~21:00 ボール レベル 2&3 ELLES	19:45~21:00 ポールトリッククエスト (オールレベル) NISHIO	19:30~20:30 ※28日のみ スピニングボール 入門 RIE
19:00	21:00~22:15 ※8日20:15~21:30 ※29日20:30~21:45 ポール レベル 3&4 STATIC OR SPINNING YUI	21:30~22:30 チケット専用フリボ		20:30~21:30 ボール レベル 1&2 Milly			
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！