

	(月曜日)MONDAY	(火曜日)TUESDAY	(水曜日)WEDNESDAY	(木曜日)THURSDAY	(金曜日)FRIDAY	(土曜日)SATURDAY	(日曜日)SUNDAY		
10:00	2022年8月の備考 5日・7日 シュシュ先生休講 6日 マコ先生休講 11日 特別レッスン営業 【16:00-17:15】サエラ先生 ポールダンス初級 24日 ミサコ先生休講								
11:00									
12:00									11:20-12:35 ポールダンス★★ シュシュ先生
13:00								12:30-13:45 ポール& チェアダンス OK メイ先生	12:50-14:05 ポールのトリック シュシュ先生
14:00					14:00-15:00 はじめてのポールダンス入門 イツセイ先生			14:00-15:15 ポールダンス★ メイ先生 OK	14:20-15:35 ポールのスポーツ シュシュ先生
15:00			15:00-16:15 ポールダンス★ ミサコ先生		15:00-16:15 ポールのトリック イツセイ先生	15:30-16:30 キッズポール クリーム先生 U-12	15:50-16:50 キッズポールのスポーツ シュシュ先生 U-12		
16:00	15:15-16:30 ポールのスポーツ イツセイ先生	15:15-16:30 ポールのスポーツ イツセイ先生							
17:00	16:45-18:00 ポールのトリック イツセイ先生	16:45-18:00 ポールのトリック イツセイ先生		16:00-17:15 ポールダンス(初級) サエラ先生	17:10-18:25 ポールのトリック シュシュ先生	16:45-18:00 ポールのトリック クリーム先生 OK			
18:00							18:00-19:15 ポールダンス★ ミサコ先生		
19:00	18:30-19:45 ポールのスポーツ イツセイ先生	18:30-19:45 [2日・9日] ジャズダンス ロビン先生	18:30-19:45 [23日・30日] ポールダンス★ チアリ先生	18:30-19:30 はじめてのポールダンス入門 クリーム先生	18:30-19:45 ポールダンス★★ (スピニング) アコ先生 OK	18:40-19:40 はじめてのポールダンス入門 シュシュ先生	18:30-19:30 はじめてのポールダンス入門 クリーム先生		
20:00	20:00-21:00 はじめてのポールダンス入門 ゴゼン先生	20:00-21:15 [2日・9日] ポールダンス (スピニング) ロビン先生 OK	20:00-21:15 [23日・30日] ポールのスポーツ チアリ先生	19:45-21:00 ポールダンス★ クリーム先生 OK	20:00-21:15 ポールダンス★★ (スピニング) アコ先生 OK	19:55-21:10 ポールダンス★ シュシュ先生	19:45-21:00 ポールのトリック イツセイ先生		
21:00									
22:00	21:15-22:30 ポールダンス★ ゴゼン先生	21:30-22:45 ポールのトリック ヤキノバ先生	21:15-22:30 ポールのトリック クリーム先生 OK	21:30-22:45 ポールのトリック イツセイ先生	21:25-22:40 ポールのトリック シュシュ先生	21:15-22:30 エアリアルフープ マコ先生			
23:00									

STORICK
by SAERA

※ポールダンス(女性らしさと柔軟性を磨けるポールを使ったダンスレッスンクラス) ※ポールのトリック(技とテクニックを磨けるレッスンクラス)
 ※ポール&チェアダンス(ポールと椅子と使用したトリックやフロアダンスを踊るクラスです。) ※ジャズダンス(ジャズダンス超入門クラスです。)
 ※ポールのスポーツ(ポールのスポーツの大会を目指す方 興味のある方 ポールのスポーツの技を習得したい方)