

# 5階スタジオ(ポールダンス&エアリアル)

	(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	<b>2020年10月の備考</b> <b>29日 特別レッスン営業</b> <b>30日 特別レッスン営業</b> <b>31日 通常レッスン営業</b>						
11:00							
12:00							
13:00							
	 ヒールOKクラス ★ 入門レベル ★★ 初級レベル ★ 中上級レベル 星なし オールレベル						
14:00	13:45-15:00 ポールダンス★ イツセイ先生	14:00-15:00 はじめてのポールダンス入門 イツセイ先生					
15:00							
16:00	15:15-16:30 ポールスポーツ イツセイ先生	15:15-16:30 ポールスポーツ イツセイ先生			15:00-16:15 ポールトリック 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 キッズポールスポーツ シュシュ先生 U-12
17:00	16:45-18:00 ポールトリック イツセイ先生	16:45-18:00 ポールトリック イツセイ先生		16:00-17:15 ポールダンス(超初級) サエラ先生	17:10-18:25 ポールトリック シュシュ先生	16:45-18:00 ポールトリック クリーム先生 	
18:00							18:00-19:15 ポールダンス★ ミサコ先生
19:00	18:30-19:45 ポールダンス★ ゴゼン先生	18:30-19:45 ジャズダンス ロビン先生 [6日・20日]	18:30-19:45 エアリアルフープ 入門 サバトラ先生 [13日・27日]	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 	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 ポールダンス (スピニング) ロビン先生 [6日・20日]	20:00-21:15 エアリアルフープ 初級 サバトラ先生 [13日・27日]	19:45-21:00 ポールトリック クリーム先生 	20:00-21:15 ポールダンス★★★ (スピニング) アコ先生 	19:55-21:10 ポールダンス★★★ シュシュ先生	19:45-21:00 ポールトリック 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		21:15-22:30 ポールスポーツ クリーム先生	21:30-22:45 ポールトリック イツセイ先生	21:25-22:40 ポールトリック シュシュ先生		
23:00							

※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。)  
 ※ポールスポーツ(ポールスポーツの大会を目指す方、興味のある方、ポールスポーツの技を習得したい方。)

STORICK  
by SAERA