

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	2021年5月の備考 1日・2日 通常レッスン 3日・4日・5日 特別レッスン 29日・30日 特別レッスン  ヒールOKクラス ★ 入門レベル ★★ 初級レベル ★ 中上級レベル ★★ 中上級レベル 星なし オールレベル						
11:00							
12:00							
13:00							
14:00							
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					
15:00				14:30-15:45 エキゾチック ポールダンス★★ アリス先生		12:30-13:45 ポール& チェアダンス メイ先生 	11:20-12:35 ポールダンス★★ シュシュ先生
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	14:00-15:15 ポールダンス★ メイ先生 	12:50-14:05 ポールトリック シュシュ先生
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		15:30-16:30 キッズポール クリーム先生 U-12	14:20-15:35 ポールスポーツ シュシュ先生
18:00					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 	15:50-16:50 キッズポールスポーツ シュシュ先生 U-12
19:00	18:30-19:45 ポールスポーツ イツセイ先生	18:30-19:45 【11日・25日】 ジャズダンス ロビン先生	18:30-19:45 【18日】 エアリアルフープ 入門 マコ先生	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 	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 【11日・25日】 ポールダンス (スピニング) ロビン先生 	20:00-21:15 【18日】 エアリアルフープ 初級 マコ先生	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	21:15-22:30 エアリアルフープ マコ先生	
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