

# 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>2021年6月の備考</b> <b>29日 特別レッスン</b> <b>30日 特別レッスン</b>						
11:00							
12:00							
13:00							
14:00							
15:00		14:00-15:00 はじめてのポールダンス入門 イッセイ先生		14:30-15:45 エキゾチック ポールダンス★★ アリス先生		14:00-15:15 ポールダンス★ 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 イッセイ先生	15:15-16:30 ポールスポーツ イッセイ先生			15:00-16:15 ポルトリック イッセイ先生	15:30-16:30 キッズポール クリーム先生 U-12	12:50-14:05 ポルトリック シュシュ先生
17:00				16:00-17:15 ポールダンス(超初級) サエラ先生			
18:00	16:45-18:00 ポルトリック イッセイ先生	16:45-18:00 ポルトリック イッセイ先生			17:10-18:25 ポルトリック シュシュ先生	16:45-18:00 ポルトリック クリーム先生	14:20-15:35 ポールスポーツ シュシュ先生
19:00	18:30-19:45 ポールスポーツ イッセイ先生	18:30-19:45 ジャズダンス ロビン先生	18:30-19:45 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	15:50-16:50 キッズポールスポーツ シュシュ先生 U-12
20:00							17:15-18:30 ポルトリック ミサコ先生
21:00	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	20:00-21:15 エアリアルフープ 初級 マコ先生	19:45-21:00 ポルトリック 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	18:45-20:00 ポールダンス★ ミサコ先生
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 ポルトリック イッセイ先生	21:25-22:40 ポルトリック シュシュ先生	
23:00						21:15-22:30 エアリアルフープ マコ先生	

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 )