

2月スケジュール

	月曜日 (Mon)			火曜日 (Tue)		
	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ
11:00	11:30~12:30 FREE POLE		11:30~12:30 FREE POLE	11:30~12:30 FREE POLE	11:30~12:30 AERIAL SILK LEVEL 1&2 AYA	11:30~12:30 FREE POLE
12:00						
12:45~13:45	12:30~13:30	12:45~13:45	13:00~14:15	13:00~14:00	12:40~14:10	
13:00	SPINNING POLE LEVEL 1 ELLES	AERIAL SILK LEVEL 1&2 AYA	FREE POLE	POLE LEVEL 3&4 SHIGEKO	AERIAL YOGA (HAMMOCK) AYA	FREEポール 90分 2,500円
14:00	14:00~15:15 POLE LEVEL 3 ELLES	14:00~15:00 AERIAL YOGA (HAMMOCK) AYA	14:00~15:00 POLE LEVEL 2 SHIGEKO	14:30~15:30 SPINNING POLE LEVEL 1&2 (赤足orヒール選択可) ELLES	14:30~15:30 AERIAL HOOP LEVEL 1 AYA	14:30~15:30 POLE LEVEL 2 OJ
15:00	15:30~16:45 POLE LEVEL 3&4 SHIGEKO	15:30~16:30 FLEXIBILITY 柔軟強化・入門 ELLES	15:30~16:30 POLE LEVEL 1 AKI	16:00~17:00 ポール・ヒール基礎 (オールレベル) OJ	16:00~17:15 POLE LEVEL 3 SHIGEKO	15:45~16:45 LEVEL 1 ELLES
16:00			16:45~17:45 FREE POLE			17:00~18:00 KIDS AEROBAT BEKKUN
17:00						
18:00						
19:00	19:30~20:45 POLE TRICK REQUEST (ALL LEVEL) NISHIO	19:20~20:20 AERIAL SILK LEVEL 1&2 AYA	19:20~20:20 POLE LEVEL 2 SHIGEKO	19:30~20:30 SPINNING POLE LEVEL 1&2 (赤足orヒール選択可) momo.K	19:15~20:30 POLE LEVEL 2&3 RYOTA	19:20~20:20 POLE LEVEL 1 SHIGEKO
20:00	21:00~22:00 ストレッチ 入門 NISHIO	New! 20:45~21:45 HAMMOCK DANCE AYA	20:30~21:30 POLE LEVEL 1 AKI	20:45~22:00 POLE アドバンス STATIC OR SPINNING RYOTA	20:40~21:55 POLE LEVEL 3&4 akane★platinum	20:45~21:45 POLE LEVEL 2 MOMO.K
21:00			21:40~22:40 FREE POLE			
22:00				22:00~23:30 大会育成コース akane★platinum	22:10~24:00 レンタル!! 14,000 only!	

2月スケジュール

03-5412-2555 TEL受付時間 14:00~21:00

	水曜日 (Wed)			木曜日 (Thu)		
	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ
11:00	11:30~12:45 POLE LEVEL 2&3 SHIGEKO	11:30~12:45 POLE アドバンス STATIC OR SPINNING PINOKO	11:30~12:30 FREE POLE	11:00~12:30 FREEポール 90分 2,500円	11:30~12:45 POLE LEVEL 3 OJAYAM	11:30~12:30 FREE POLE
12:00						
13:00	13:00~14:15 POLE 3&4 STATIC OR SPINNING SHIGEKO	13:00~14:00 ポール・魅せるspinning (赤足orヒール選択可) オールレベル Mikitty	13:00~14:00 POLE LEVEL 1 MOMO.K	13:00~14:15 POLE 4 STATIC OR SPINNING SHIGEKO	13:00~14:00 AERIAL SILK LEVEL 1 ALK	13:00~14:00 FLEXIBILITY (柔軟強化) Elizabeth
14:00	14:30~15:30 SPINNING POLE HEELS Level 1&2 MOMO.K	14:15~15:30 FLEXIBILITY+ TRICK (赤足 or ヒール選択可) EMJAY	14:30~15:30 ストレッチ 入門 ELLES	14:30~15:45 ポール・ヒールクラス LEVEL 2&3 EMJAY	14:15~15:30 AERIAL SILK LEVEL 2 ALK	14:30~15:30 POLE LEVEL 1 OJAYAM
15:00	15:45~16:45 ポール・ヒールクラス LEVEL 1&2 ELLES	15:45~17:00 POLE LEVEL 3 EMJAY	16:00~17:00 POLE LEVEL 2 MOMO.K	16:00~17:15 POLE LEVEL 3&4 EMJAY	15:45~17:00 AERIAL HOOP LEVEL 1 & 2 ALK	15:45~16:45 POLE LEVEL 2 OJAYAM
16:00			17:15~18:15 FREE POLE			17:00~18:30 FREEポール 90分 2,500円
17:00						
18:00						
19:00	19:20~20:35 POLE LEVEL 2&3 akane★platinum	19:20~20:20 SPINNING POLE LEVEL 1 (赤足orヒール選択可) ELLES	19:20~20:20 POLE LEVEL 1 SHIGEKO	19:20~20:35 POLE LEVEL 3 SHIGEKO	19:20~20:20 AERIAL SILK LEVEL 1 ALK	19:20~20:20 ポール・ヒールクラス LEVEL 1 & 2 EMJAY
20:00	20:45~22:00 POLE LEVEL 3&4 SHIGEKO	20:45~22:00 POLE アドバンス STATIC OR SPINNING akane★platinum	20:45~21:45 POLE LEVEL 2 EMJAY	20:45~21:45 POLE LEVEL 2 NISHIO	20:30~22:00 AERIAL SILK LEVEL 2 & 3 ALK	20:45~21:45 POLE LEVEL 1 SHIGEKO
21:00			22:00~23:00 FREE POLE			22:00~23:00 ストレッチ 入門 NISHIO
22:00						

2月スケジュール

	金曜日 (Fri)			土曜日 (Sat)			日曜日 (Sun)		
	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ
11:00	11:00~12:00 FREE POLE	11:30~12:30 AERIAL YOGA (HAMMOCK) AYA	11:30~12:30 POLE LEVEL 1 OJAYAM	11:00~12:00 FREE POLE	11:30~12:30 AERIAL HOOP LEVEL 1 AYA	11:00~12:00 POLE LEVEL 1 SHIGEKO	10:50~11:50 FREE POLE	11:00~12:00 FREE POLE	11:20~12:20 FREE POLE
12:00	12:05~13:05 FREE POLE						12:15~13:15 POLE LEVEL 2 AKI	12:00~13:00 ポール・ヒールクラス (スロームーブ) OJ	12:15~13:30 POLE LEVEL 2&3 SHIGEKO
13:00	13:15~14:15 SPINNING POLE LEVEL 1 MOMO.K	13:00~14:00 AERIAL HOOP 初心者クラス (ヒール可) AYA	13:00~14:00 ポール・ヒールクラス (スロームーブ) OJ	13:45~15:00 POLE LEVEL 3&4 MOMO.K	New! 14:30~15:30 HAMMOCK DANCE AYA	13:30~14:30 POLE LEVEL 1 AKI	13:15~14:30 POLE LEVEL 3 OJ	13:45~14:45 SPINNING POLE HEELS Level 1 SHIGEKO	13:45~14:45 POLE LEVEL 2 AKI
14:00	14:30~15:45 POLE LEVEL 3 SHIGEKO	New! 14:30~15:30 HAMMOCK DANCE LEVEL 2 AYA	14:30~15:30 ポール・ヒールクラス LEVEL 1 & 2 MOMO.K	15:20~16:20 POLE LEVEL 3 ELLES	15:45~16:45 AERIAL SILK LEVEL 1 ALK	14:45~15:45 FREE POLE	14:45~16:00 SPINNING POLE LEVEL 2以上 RYOTA	15:00~16:00 ポール・ヒール基礎 (オールレベル) Mikitty	15:00~16:00 POLE LEVEL 1 AKI
15:00									
16:00	16:00~17:15 POLE LEVEL 4 ELLES	16:00~17:00 AERIAL SILK LEVEL 1 AYA	16:00~17:00 POLE LEVEL 2 SHIGEKO	16:40~17:40 SPINNING POLE LEVEL 1 ELLES	16:50~18:05 AERIAL SILK LEVEL 2 ALK	17:00~18:00 POLE LEVEL 2 MOMO.K	16:15~17:15 ACROBAT基礎 入門・初級 TOMONORI	16:30~17:30 AERIAL SILK LEVEL 1&2 AYA	16:15~17:15 FLEXIBILITY 入門 NISHIO
17:00									
18:00							17:30~18:45 POLE LEVEL 3&4 NISHIO	18:00~19:00 AERIAL GYM HOOP キューブ TOPY AYA	17:30~18:30 FREE POLE
19:00	19:30~20:30 SPINNING POLE LEVEL 1 ELLES	19:45~20:45 エアリアルフープ レベル 1 ALK	19:30~20:30 POLE LEVEL 1 EMJAY	18:00~19:15 POLE アドバンス STATIC OR SPINNING ELLES	18:30~19:30 SPINNING POLE HEELS Level 2 MOMO.K				
20:00	20:45~22:00 POLE LEVEL 3 EMJAY	21:00~22:15 AERIAL HOOP LEVEL 1 & 2 ALK	20:45~21:45 POLE LEVEL 2 AKI	19:40~20:40 ポール・ヒール基礎 (オールレベル) Mikitty	POLE TRICK REQUEST (ALL LEVEL) NISHIO				21時からOK!!
21:00									
22:00									