# Poledance studio ANNJEWEL レッスンスケジュール 2023年4月 ※ご予約はこちら / annjewelonline.com

| | Mon | | Tue | | Wed | | Thu | | Fri | | Sat | | Sun | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | ダイヤモンド(2階) | エメラルド(3階) | ダイヤモンド(2階) | エメラルド(3階) | ダイヤモンド(2階) | エメラルド(3階) | ダイヤモンド(2階) | エメラルド(3階) | ダイヤモンド(2階) | エメラルド(3階) | ダイヤモンド(2階) | エメラルド(3階) | ダイヤモンド(2階) | エメラルド(3階) |
| 9:30 | 9:30〜11:00 午前フリーポール (90分) | | 9:30〜11:00 午前フリーポール (90分) | | 9:30〜11:00 午前フリーポール (90分) | | 9:30〜11:00 午前フリーポール (90分) | | 9:30〜11:00 午前フリーポール (90分) | | 9:30〜11:00 午前フリーポール (90分) | | 9:30〜11:00 午前フリーポール (90分) | |
| 10:00 | | | | | | | | | | | | | | |
| 10:30 | | | | | | | | | | | | | | |
| 11:00 | | | | | | | | | | | | | | |
| 11:30 | New 11:30〜12:30 ●スピニング level1 ERIKO | 11:30 〜12:30 フリーポール (60分) | 11：15 〜 12:30 ポールダンス level2〜 SARA | | 11:15 〜12:15 フリーポール (60分) | | 【フリーポール】 会員様限定のサービスです。 WEB予約にてご利用頂けます。 お1人様1本 完全ご予約制 | | 11：15 〜 12：15 ポールアート level1〜2 MARYNA | ←NEW マリーナ 先生の美しいArt | | 土曜日Eriko先生 クラスは都合に より、終了しました | 11：15 〜 12：15 ●ポールダンス level1 SARA | 11:15〜12:15 フリーポール (60分) |
| 12:00 | | | | | | | | | | | | | | |
| 12:30 | | | | | ← ヒール履いてOK のクラス ●お昼の ← ママ子連れ O.Kのクラス。 | | | | 12：30 〜 13：15 はじめて体験 (4月5月限定) MARYNA | 春の4.5月限定週末 体験キャンペーン | 12:15〜13:30 アクロヨガ All level MARYNA | | 12:30〜13:45 ●ポールダンス level2〜 SARA | ●週末の ← ママ子連れ o.kのクラス |
| 13:00 | 12:45〜13:45 フリーポール (60分) | ●お昼の ← ママ子連れ O.Kのクラス。 | 12：45 〜 13：45 スピニング Level 1〜2 SARA | | 12：30 〜 13：30 ●ポールダンス level1 KUMI | | | | | | | | | |
| 13:30 | | | | | | | フリーポールの子連れO.Kですが、 お子さんが泣いたり、走り回ったりした時点で、お帰りいただくルールでお願いします。 その際の返金等はございません。 | | 13:30 〜14:30 フリーポール (60分) | | | | | |
| 14:00 | | | | | 13：45 〜 15：00 チェアーダンス level1 KUMI | ←NEW! ヒールでも 素足でもO.K チェアーYogaから コレオの為75分 | | | | | | | 14：00 〜 15：00 ●ヒールフロアー level1 MIKA | |
| 14:30 | ●kutty先生豊田へ | | 14:15〜15:15 フリーポール (60分) | | | | | | | | 14:45〜15:45 ポールダンス level1 HARUNA | | | 15:00〜16:00 キッズクラス月2回 AYAKA |
| 15:00 | | | | | 15：15 〜16：15 フリーポール (60分) | | | | | | | | | |
| 15:30 | | | | | | | 15:00 〜16:00 フリーポール (60分) | | | | | New! ヒール→ フロアーlevel2誕生 | 15：15〜16：30 ヒールフロアー level2 MIKA | キッズクラス毎月2回 の開催になります 毎月チェックください |
| 16:00 | | | | | 【キッズクラス】 体験レッスン 初回のみ ¥1,100 当日入会 ¥3,300 月謝制 | | | | 【キャンセの仕方について】 予約サイトへログインして、マイブッキングより、予約したメニューのキャンセルや日時変更が行えます。キャンセル期限は、開始時間の24時間前までです。期限を過ぎてからのキャンセルはサイトから管理者へご連絡ください。期限を過ぎてからのキャンセルはご返金いたし兼ねますのでご注意ください | | 16:00〜17:15 ポールダンス level2〜 HARUNA | | ●KUMI先生クラス 4月,5月のみ 豊田校で開催 6月栄に戻る予定 |
| 16:30 | 【レッスンのレベル】 level1→ポール基礎、逆さま目指す方。 level2→床から逆さまになれる方。 level3→空中から逆さまになれる方。 level4→level1〜3のトリックができる方。 | | | ↓ 時間変更 | | ●SARA先生豊田へ ←キッズSARA先生 ERIKO先生へ変更 | ●火曜日から移動 | | | キッズクラスは 日曜日へ移動 | | | 16：45 〜 17：30 はじめて体験 (4月5月限定) MIKA | |
| 17:00 | | | | | | | | | | | 17：30 〜 18：15 はじめて体験 (4月5月限定) HARUNA | 17:30〜18:30 フリーポール (60分) | | |
| 17:30 | | | | | | | | | | | | | 18：00〜19：00 フリーポール (60分) | |
| 18:00 | | | 18:15〜19:15 フリーポール (60分) | 18:30〜19:45 アクロヨガ All level MARYNA | 18:15〜19:15 キッズクラス ERIKO | | 18:15 〜 19：15 ポールダンス Level 1〜2 KUMI | 18:15〜19:15 フリーポール (60分) | | | 18:30〜19:30 フリーポール (60分) | 18:45〜19:45 フリーポール (60分) | | |
| 18:30 | | | | | | | | | | | | | | |
| 19:00 | 19:15〜20:15 ポールダンス level1 AYAKA | 19:00〜20:15 Flexibility WS All level SITA | 19：30 〜 20：45 ヒールコレオ スピニング level2 KUMI | 20:00 〜 21:00 スピニング level1 MARYNA | ●木曜日から移動 フロアと空中で ↓ ヒール振付け | | 19：30 〜 20：45 ポールJAM leve3〜 KUMI | 19:30〜20:30 ポールダンス level1 MARYNA | 19:15 〜 20:15 ヒールフロアー level1 AYAKA | | | | | CAI先生 月1回 レギュラーWS 一旦停止となりました |
| 19:30 | | | | | 20：00 〜 21：00 ヒールコレオ スピニング level 1 MIKA | 20:00 〜21:00 ポールダンス level1 ERIKO | ↑ 栄で復活！ flying pole等も やります | | 20:30〜21:45 スピニング level2〜 AYAKA | 20:15〜21:15 HEELS DANCE WS オールレベル UNO | | | | |
| 20:00 | 20:30〜21:45 ポールダンス level2〜 AYAKA | 20:30 〜 21:30 Sexy floor move level1 SITA | ↑ 2週で1曲振付け フロアーと空中で ヒール振付けクラス | | | | | 20:45 〜 22：00 ポールダンス leve2〜 Maryna | ↑ヒール履いてOK のクラス | ↑ STREET DANCE スニーカーでもO.K！ ダンス強化！男性○ 厚底ヒールは ✖ 低めのヒール ○ | | | | |
| 20:30 | | ↑ 素足で美しく Exotic floor poleを 踊るクラスです。 | | | 21：15〜22：15 スピニング level1 ERIKO | 21:15〜22:15 ポールダンス level1 MIKA | | ↑ 第一・第三は スピニング | | | | | | |
| 21:00 | | | | | | | | | | | | | | |
| 21:30 | | | | | | | | | | | | | | |
| 22:00 | | | | | | | | | | | | | | |
| 22:30 | | | | | | | | | | | | | | |

**オンライン予約&決済システムとなります。お1人様ポール1本。完全WEBご予約制**
**★レッスン間に消毒や換気を行います。 レギュラークラスの体験・プライベートレッスン・レンタルスタジオはWEB予約のお問い合わせフォームにてご予約ください。**

※毎月、はじめて体験クラスを別途特別にを設けて開催しております。(お友達ご紹介キャンペーンも同時に開催) はじめて体験はご予約サイトよりご予約いただけます。
また、上記スケジュールの、緑色の Level1 クラスや、ヒール、各WS クラスは、体験レッスン対象クラスです。こちらはメールにてご予約ください。(体験は お一人様1回限り
※ご予約のキャンセル受付時間がそれぞれのクラスの24時間前となります。それ以降はキャンセル代100% 頂戴しておりますので、キャンセルポリシーをご確認の上ご予