## Poledance studio ANNJEWEL レッスンスケジュール 2024年4月 ※ご予約はこちら / annjewelonline.com

		on	T	ue	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 10:00 10:30	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)	
11:00	NEW!お昼のヒール	クラス誕生												
11:30 12:00	11:15 ~ 12:15 ヒールフロアー 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	←ヒール履いてo.k リニューアルクラス どんどんやりたい技	11:15 ~12:15 フリーポール (60分)		<b>【フリー</b> 会員様限定の	 ポール】 サービスです	11 : 15 ~ 12 : 15 ポールアート level1~2 MARYNA	← マリーナ 先生の美しいArt	11:00 ~ 12:00 エアリアルフープ level 1 Maryna	NEW!待望の フープクラス誕生!! 4/13~ スタート!!	11 : 15 ~ 12 : 15 ●ポールダンス level1 SARA	11:15~12:1 フリーポール (60分)
2:30 3:00 3:30	12:15 ~ 13:15 スピニング level1 ● ERIKO	●お昼の ママ子連れ	12:45 ~ 13:45 リクエストクラス Level 1~2 SARA	✓ をリクエスト!! 13:00 ~ 13:45 はじめて体験 45分 ひまわり	12 : 30 ~ 13 : 30 ●ポールダンス level1 KUMI	<ul><li>←ヒール履いてOK のクラス</li><li>●お昼の</li><li>← ママ子連れ</li><li>O.Kのクラス。</li></ul>	WEB予約にてこ		12:30 ~13:30 フリーポール (60分)		12:15~13:30 アクロヨガ All level		12:30 ~ 13:45 ●ポールダンス leve2 SARA	<ul><li>●週末の</li><li>← ママ子連れ</li><li>o.kのクラス</li></ul>
4:00	0.Kのクラス 14:00 ~15:00		14:00 ~15:00	14:00 ~ 15:00 ●ポールダンス	13:45 ~ 15:00 チェアーダンス level1	← ヒールでも 素足でもO.K	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。			性方について】 ルて、マイブッキングよ	MARYNA		14:00 ~ 15:00 ●ヒールフロアー	
4:30 5:00	フリーポール (60分)		フリーポール (60分)	level1 ひまわり	KUMI	チェアーYogaから コレオの為75分	その際の返金等はごさ	<b>ざいません。</b> 	┃り、予約したメニューの ┃ が行えます。キャンセ	)キャンセルや日時変更 ル期限は、開始時間の  限を過ぎてからのキャ	14:45 ~ 15:45 ポールダンス		level1 MIKA	
5:30 6:00				●お昼の	15:15 ~16:15 フリーポール (60分)		15:15 ~16:15 フリーポール (60分)		期限を過ぎてからのキ	をはない。 ディンセルはご返金いた でご注意ください	level1 HARUNA	スピニングから変更↓	15:15 ~16:15 ●スピニング level1	KUMI先生→MIK クラスへ変更
6:30 7:00	【レッスンの参加レベル】 level1→ポール入門、逆さま目指す		16:45 ~ 17:45 フリーポール (60分)	16:45 ~ 17:45 ママ子連れ フリーポール O.Kのクラス	【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	16:15 ~17:15 フリーポール (60分)		15:00 ~16:00 アクロチア level1&2 ひまわり			5 40.45 47.45	MIKA クラスへ変動 16:30 ~ 17:30 フリーポール (60分)	グラスへ変更	
7:30 8:00	level2→初級、床から逆さまになれる level3→初中級、空中逆さまになれる					1			16:15 ~17:15 キッズクラス ひまわり	←キッズポール (体験可能)	17:30 ~ 18:30 ヒールフロアー level1	17:30~18:30 フリーポール (60分)	17:45 ~18:45 フリーポール	
8:30	level4→中級、新技トリック目指す		New! みやっち先生 スタティックスタート		18:15~19:15 キッズクラス		18:15 ~ 19:15 ポールダンス Level 1~2	18:15~19:15 フリーポール			MIKA	(======================================	(60分)	
9:00	19:15~20:15 ポールダンス level1 AYAKA	19∶00∼20∶15 Flexibility WS All level SITA	19:15 ~20:15 ポールダンス level1~2 みやっち	18:30~19:45 アクロヨガ All level MARYNA	ERIKO	リクエストトリックに	KUMI 19:30 ~ 20:45	(60分) 19:30~20:30 ポールダンス	19:15 ~20:15 スピニング level1 AYAKA		18:45~19:45 フリーポール (60分)	AYAKA先生の 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	日曜日19:00以降	
):00 ):30	20:30~21:45 ポールダンス	20:30 ~ 21:30	20:30~21:45 ポールスポーツ	20:00 ~ 21:00	20:00 ~21:00 ポールダンス level1~2 ERIKO	変更 → 20:30 ~21:00 フリーポール	リクエストトリック level2~ KUMI	level1 MARYNA	20:30~21:45 スピニング	20:15 ~ 21:15 Heels dance WS	土曜日20時以降 ダイヤモンド レンタル予約枠		ダイヤモンド レンタル予約枠 あり、早いもの勝ち	
1:00 1:30	level2~ AYAKA	Sexy floor move level1 SITA	Level 1~2 みやっち	スピニング level1 MARYNA	21:15 ~ 22:30	(60分)	21:00 ~22:00 フリーポール	20:45 ~ 22:00 ポールダンス leve2~	level2~ AYAKA	All level UNO	あり、早いもの勝ち			
2:00	↑ 素足で美しく Exotic floor poleを 踊るクラスです。		NEW ポールスポーツ 入門 クラス! 時間変更しました		スピニング level2~ ERIKO	←NEW!スピニング level 2 へ変更	(60分)	Maryna ↑ 第一・第三は	↑ヒール履いてOK のクラス	スニーカーでもO.K! ダンス強化!男性〇 厚底ヒールは ¥				
・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・											▼レッスン間に用毒や検気を行います。 レイュフークラスの体験・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い。			