

Poledance studio ANNJEWEL レッスンスケジュール 2025年5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)	●お昼の子連れ OKクラス	9：30～11：00 午前フリーポール (90分)	●お昼の子連れ OKクラス	9：30～11：00 午前フリーポール (90分)	●お昼の子連れ OKクラス	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)	●お昼の子連れ OKクラス	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)	●お昼の子連れ OKクラス				
10:00																		
10:30																		
11:00	お昼のヒール↓																	
11:30	11：15～12：15 ヒールコレオスピ ングlevel1～2 ● ERIKO	11：30～12：30 フリーポール (60分)	11：15～12：15 ●ポールダンス level1 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 フリーポール (60分)	フロアアクロバットの 基礎を学びます。 ←（キッズも歓迎）	11：00～12：15 エアリアルフープ level1 Maryna	←フープクラス 料金そのまま、時間増量 キッズ料金¥2,750ー	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	12：30～13：30 スピニング level1 ● ERIKO																	
13:00			12：30～13：45 ポールダンス level2～ SARA	←ヒールを履いてOK リクエスト等も 受け付けます！	12：45～13：45 ●ポールダンス level1 ひまわり	←ヒール履いてOK のクラス			12：30～13：30 アクロチア level1&2 ひまわり	13：00～14：30 ポールLevel2 認定コース（沖縄） KUMI	12：20～13：35 アクロヨガ All level MARYNA	12：30～13：30 フリーポール (60分)	12：30～13：45 ポールダンス level1～2 SARA					
13:30																		
14:00	14：00～15：00 フリーポール (60分)							14：00～14：45 はじめて体験 45分 SARA								14：00～15：15 エアリアルポール level1 ひまわり	←名古屋で唯一学べる 空中ポール入門クラス	
14:30																		
15:00			15：00～16：00 フリーポール (60分)	ひまわり先生クラス は一宮校にお引越 しました！	15：30～16：45 はじめて体験 45分 ひまわり	15：15～16：15 フリーポール (60分)	15：15～16：15 フリーポール (60分)	15：00～16：00 フリーポール (60分)	14：45～15：45 ポールダンス level1 HARUNA	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	15：15～16：15 ●スピニング level1 MIKA							
15:30	【レッスンの参加レベル】 Level1→ポール入門、逆さま目指す 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 level4→中級、新技トリック目指す						16：15～17：15 フリーポール (60分)	【キャンセルの仕方について】 予約サイトへログインしていただき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 leve2～ HARUNA	16：15～17：15 ポールダンス level1 MIKA	16：30～17：30 フリーポール (60分)					
16:00					【キッズクラス】体験レッスン ・初回のみ ¥1,100 ・当日入会 ¥5,500						17：30～18：30 ヒールフロアー level1 MIKA	17：30～18：30 フリーポール (60分)	18：00～19：00 ポールダンス level1～2 SITA					
16:30																		
17:00			↓マリナ先生のフープ クラスが平日に登場！ キッズ参加OK (キッズ料金¥2,750ー)	19：00～20：00 ポールダンス level1～2 みやっち	18：15～19：15 キッズクラス ERIKO		18：15～19：15 フリーポール (60分)				19：00～20：15 Flexibility WS All level SITA	18：45～19：45 フリーポール (60分)	19：15～20：30 ヒールフロア Level1～2 SITA					
17:30																		
18:00		18：00～18：45 はじめて体験 45分 SITA				18：15～19：15 キッズクラス ERIKO		18：15～19：15 フリーポール (60分)				19：00～20：15 Flexibility WS All level SITA	18：45～19：45 フリーポール (60分)	19：15～20：30 ヒールフロア Level1～2 SITA				
18:30																		
19:00		19：00～20：15 Flexibility WS All level SITA	18：45～20：00 エアリアルフープ Level1 MARYNA	19：00～20：00 ポールダンス level1～2 みやっち		19：15～20：15 フリーポール (60分)	19：30～20：30 ポールダンス level1 MARYNA	19：30～20：30 フリーポール (60分)	19：15～20：15 スピニング level1 AYAKA		19：00～20：15 Flexibility WS All level SITA	18：45～19：45 フリーポール (60分)	19：15～20：30 ヒールフロア Level1～2 SITA					
19:30	19:15～20:15 ポールダンス level1 AYAKA				20：00～21：00 ポールダンス Level1～2 ERIKO		20：30～21：30 フリーポール (60分)		20:30～21:45 スピニング level2～ AYAKA	20：15～21：15 Heels dance WS All level UNO	20:30～21:45 flexibility pole trick level2～ SITA							
20:00			20：15～21：30 ポールのスポーツ Level1～2 みやっち	20：15～21：15 スピニング Level1 MARYNA		21：15～22：15 スピニング Level1 ERIKO	21：45～22：45 フリーポール (60分)	20：45～22：00 ポールダンス leve2～ Maryna	20：45～21：45 フリーポール (60分)	↑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○	↑NEW LESSON 柔軟と軟体ポール技 を目指したい方必見							
20:30	20:30～21:45 ポールダンス level2～ AYAKA	20：30～21：30 Sexy floor move level1 SITA																
21:00																		
21:30		↑素足で美しく Exotic floor poleを 踊るクラスです。	↑ポールのスポーツ 入門 クラス！					↑第1・3はスピニング										
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約ください。

※newフリーフープ：フープ2名様までポール3名様まで（フープ希望人数が被った場合はシェア）