

月曜		火曜		水曜		木曜		金曜		土曜		日曜					
(A) 75分PoleDanceクラス 会員料金・・・¥3,700 (B) 60分PoleDanceクラス/75分ダンスetcクラス (ポールdeダンス、ママポール他) 会員料金・・・¥3,000 (C) 60分ダンスetcクラス (DanceX3) 会員料金・・・¥2,400 PRACTICE (自主練習枠) 会員料金・・・¥1,300/1hour 体験レッスン・・・¥1,500/1hour (受講は初回の方、初回の方向伴の会員様限定) ※非会員の方は上記の金額+1,000円で受講可能です。		【クラスレベル】 初心者様向け ⇒ BASICクラス BASICを卒業したら ⇒ BASIC初級 BASIC初級を卒業したら ⇒ 初級クラス 初級を卒業したら ⇒ 初中級クラス		1 1 13:15-14:30 A はじめてheel mayumi 2 14:30-15:45 A 初級 AYANO		2 1 14:00-15:15 A 初級 MOMO 2 15:15-16:15 ★ Practice		3 1 11:15-12:15 B 60min BASIC (お子様連れもOK) miik 2 12:15-13:15 ★ Practice		4 1 12:40-13:55 A BASIC AYANO 2 14:00-15:15 A BASIC初級 垂衣		5 1 11:30-12:30 Practice 2 12:30-13:45 B ポール de ダンス MANABIN 3 13:45-15:00 A BASIC MOMO					
				3 16:00-17:00 Practice 4 17:00-18:00 Practice 5 18:00-19:00 Practice		3 16:15-17:30 A だれでもスピニング 垂衣 4 17:30-18:30 Practice 5 19:00-20:15 A スピニングBASIC初級 REIKO		2 12:15-13:15 ★ Practice 3 13:15-14:30 A 初級 REIKO 4 14:30-15:45 A BASIC初級 mayumi		3 15:15-16:30 A BASIC初級～初級 AYANO 4 16:30-17:30 Practice 5 17:30-18:45 A だれでもスピニング mayumi		4 15:10-16:25 A 初めてスピニング (スピニングBASIC) MOMO 5 16:30-17:30 B Pole & Floor REIKO					
				6 19:00-20:15 A BASIC Lilika 7 20:15-21:30 A Pole & Floor Lilika		6 20:15-21:30 A heels beginner AYANO 7 18:00-19:00 Practice 8 19:00-20:15 A 初めてスピニング (スピニングBASIC) MANABIN 9 20:15-21:30 A BASIC MANABIN		5 16:00-17:00 Practice 6 17:00-18:00 Practice 7 18:00-19:00 Practice		5 16:30-17:30 B Pole & Floor REIKO							
				6 1 10:45-12:00 A BASIC REIKO 2 12:15-13:15 ★ Practice 3 13:15-14:30 A 柔軟性向上ストレッチクラス エミリア 4 14:30-15:45 B ポール de ダンス mayumi 5 16:00-17:00 Practice 6 17:00-18:00 Practice 7 18:00-19:00 Practice 8 19:00-20:15 A BASIC初級 MANABIN 9 20:15-21:30 A 妖艶スピニング AYANO		7 1 11:30-12:30 ママポール B (NotママでもOK! ALLレベル) mayumi 2 12:45-13:45 ★ Practice 3 14:00-15:15 A BASIC mayumi 4 15:15-16:15 Practice 5 19:00-20:00 Practice 6 20:15-21:30 A スタティック & スピニングMIX MOMO		8 1 13:15-14:30 A はじめてheel mayumi 2 14:30-15:45 A 初級 AYANO 3 16:00-17:00 Practice 4 17:00-18:00 Practice 5 18:00-19:00 Practice 6 19:00-20:15 A 柔軟性向上ストレッチクラス エミリア 7 20:15-21:30 A スタティック & スピニングMIX 垂衣		9 1 14:00-15:15 A 初級 MOMO 2 15:15-16:15 ★ Practice 3 16:15-17:30 A だれでもスピニング 垂衣 4 17:30-18:30 Practice 5 19:00-20:15 A スピニングBASIC初級 REIKO 6 20:15-21:30 A heels beginner AYANO		10 1 11:15-12:15 B 60min BASIC (お子様連れもOK) miik 2 12:15-13:15 ★ Practice 3 13:15-14:30 A 初級 REIKO 4 14:30-15:45 A BASIC初級 mayumi 5 16:00-17:00 ★ Practice 6 17:00-18:00 Practice 7 18:00-19:00 Practice 8 19:00-20:15 A 初めてスピニング (スピニングBASIC) MANABIN 9 20:15-21:30 A BASIC MANABIN		11 1 12:40-13:55 A BASIC AYANO 2 14:00-15:15 A BASIC初級 垂衣 3 15:15-16:30 A 柔軟性向上ストレッチクラス エミリア 4 16:30-17:30 Practice 5 17:30-18:45 A だれでもスピニング mayumi		12 1 11:30-12:30 Practice 2 12:30-13:45 B ポール de ダンス MANABIN 3 13:45-15:00 A BASIC MOMO 4 15:10-16:25 A 初めてスピニング (スピニングBASIC) MOMO 5 16:30-17:30 B Pole & Floor REIKO	
				13 1 11:00-12:00 体験レッスン REIKO 2 14:30-15:45 B ポール de ダンス mayumi 3 16:00-17:00 Practice 4 17:00-18:00 Practice 5 18:00-19:00 Practice 6 19:00-20:15 A 柔軟性向上ストレッチクラス エミリア 7 20:15-21:30 A 妖艶スピニング AYANO		14 1 11:30-12:30 ママポール B (NotママでもOK! ALLレベル) REIKO 2 12:45-13:45 ★ Practice 3 14:00-15:15 A BASIC REIKO 4 15:15-16:15 Practice 5 19:00-20:15 B ポール de ダンス REIKO 6 20:15-21:30 A スタティック & スピニングMIX MOMO		15 1 13:15-14:30 A はじめてheel mayumi 2 14:30-15:45 A 初級 MOMO 3 16:00-17:00 Practice 4 17:00-18:00 Practice 5 18:00-19:00 Practice 6 19:00-20:15 A BASIC Lilika 7 20:15-21:30 A Pole & Floor Lilika		16 1 14:00-15:15 A 初級 MOMO 2 15:15-16:15 ★ Practice 3 16:15-17:30 A だれでもスピニング 垂衣 4 17:30-18:30 Practice 5 19:00-20:15 A スピニングBASIC初級 MOMO 6 20:15-21:30 A heels beginner AYANO		17 1 11:15-12:15 B 60min BASIC (お子様連れもOK) miik 2 12:15-13:15 ★ Practice 3 13:15-14:30 A 初級 REIKO 4 14:30-15:45 A BASIC初級 mayumi 5 16:00-17:00 ★ Practice 6 17:00-18:00 Practice 7 18:00-19:00 Practice 8 19:00-20:15 A 初めてスピニング (スピニングBASIC) MANABIN 9 20:15-21:30 A BASIC MANABIN		18 1 12:40-13:55 A BASIC AYANO 2 14:00-15:15 A BASIC初級 垂衣 3 15:15-16:30 A BASIC初級～初級 AYANO 4 16:30-17:30 Practice 5 17:30-18:45 A だれでもスピニング mayumi		19 1 11:30-12:30 Practice 2 12:30-13:45 B ポール de ダンス MANABIN 3 13:45-15:00 A BASIC MOMO 4 15:10-16:25 A 初めてスピニング (スピニングBASIC) MOMO 5 16:30-17:30 B Pole & Floor REIKO	
				20 1 10:45-12:00 A BASIC REIKO 2 14:30-15:45 B ポール de ダンス mayumi 3 16:00-17:00 Practice 4 17:00-18:00 Practice 5 18:00-19:00 Practice 6 19:00-20:15 A BASIC初級 MANABIN 7 20:15-21:30 A 妖艶スピニング AYANO		21 1 11:30-12:30 ママポール B (NotママでもOK! ALLレベル) mayumi (特→REIKO) 2 12:45-13:45 ★ Practice 3 14:00-15:15 A BASIC mayumi 4 15:15-16:15 Practice 5 19:00-20:15 B ポール de ダンス REIKO 6 20:15-21:30 A スタティック & スピニングMIX MOMO		22 1 13:15-14:30 A はじめてheel mayumi 2 14:30-15:45 A 初級 AYANO 3 16:00-17:00 Practice 4 17:00-18:00 Practice 5 18:00-19:00 Practice 6 19:00-20:15 A BASIC Lilika 7 20:15-21:30 A Pole & Floor Lilika		23 1 14:00-15:15 A 初級 MOMO 2 15:15-16:15 ★ Practice 3 16:15-17:30 A だれでもスピニング 垂衣 4 17:30-18:30 Practice 5 19:00-20:15 A スピニングBASIC初級 REIKO 6 20:15-21:30 A heels beginner AYANO		24 1 11:15-12:15 B 60min BASIC (お子様連れもOK) miik 2 12:15-13:15 ★ Practice 3 13:15-14:30 A 初級 REIKO 4 14:30-15:45 A BASIC初級 REIKO 5 16:00-17:00 ★ Practice 6 17:00-18:00 Practice 7 18:00-19:00 Practice 8 19:00-20:15 A 初めてスピニング (スピニングBASIC) MANABIN 9 20:15-21:30 A BASIC MANABIN		25 1 12:40-13:55 A BASIC AYANO 2 14:00-15:15 A BASIC初級 垂衣 3 15:15-16:30 A BASIC初級～初級 AYANO 4 16:30-17:30 Practice 5 17:30-18:45 A だれでもスピニング mayumi		26 1 11:30-12:30 Practice 2 12:30-13:45 B ポール de ダンス MANABIN 3 13:45-15:00 A BASIC MOMO 4 15:10-16:25 A 初めてスピニング (スピニングBASIC) MOMO 5 16:30-17:30 B Pole & Floor REIKO	
				27 1 11:00-12:00 体験レッスン REIKO 2 14:30-15:45 B ポール de ダンス mayumi 3 16:00-17:00 Practice 4 17:00-18:00 Practice 5 18:00-19:00 Practice 6 19:00-20:15 A BASIC初級 MANABIN 7 20:15-21:30 A 妖艶スピニング AYANO		28 1 11:30-12:30 ママポール B (NotママでもOK! ALLレベル) mayumi (特→REIKO) 2 12:45-13:45 ★ Practice 3 14:00-15:15 A BASIC mayumi 4 15:15-16:15 Practice 5 19:00-20:15 B ポール de ダンス REIKO 6 20:15-21:30 A スタティック & スピニングMIX MOMO		29 1 13:15-14:30 A はじめてheel mayumi 2 14:30-15:45 A 初級 AYANO 3 16:00-17:00 Practice 4 17:00-18:00 Practice 5 18:00-19:00 Practice 6 19:00-20:15 A BASIC Lilika 7 20:15-21:30 A Pole & Floor Lilika		30 1 14:00-15:15 A 初級 MOMO 2 15:15-16:15 ★ Practice 3 16:15-17:30 A だれでもスピニング MOMO 4 17:30-18:30 Practice 5 19:00-20:15 A スピニングBASIC初級 MOMO 6 20:15-21:30 A heels beginner AYANO		31 1 11:15-12:15 B 60min BASIC (お子様連れもOK) miik 2 12:15-13:15 ★ Practice 3 13:15-14:30 A 初級 REIKO 4 14:30-15:45 A BASIC初級 mayumi 5 16:00-17:00 ★ Practice 6 17:00-18:00 Practice 7 18:00-19:00 Practice 8 19:00-20:15 A 初めてスピニング (スピニングBASIC) MANABIN 9 20:15-21:30 A BASIC MANABIN		【朝活&夕活応援キャンペーン!】 連続受講するとお得!! 平日の(★)がついているPractice前後のレッスンを受講された方は、同日(★)Practiceが無料で受講できます! 【スペシャルワークショップ】 柔軟性向上ストレッチクラス(ポルトリックに必要な柔軟性向上ワークショップ) 講師: Emiria先生 【日付】6日(月・祝)、8日(水)、11日(土)、13日(月) 各75分 【料金】4回セット: ¥13,000/単発受講1回: ¥3,700 【キャンセル規定】 予約前日18時以降のキャンセルは当日キャンセルとなります。当日キャンセル累計カウント5回溜まると、会員失格失効・5,000円にて再入会となります。ただし、キャンセル1回につき1,000円のキャンセル料をお支払頂くと累計カウント1回消去されます。			