

月曜		火曜		水曜		木曜		金曜		土曜		日曜																																																																																																																																								
<p>(A) 75分PoleDanceクラス 会員料金・・・¥3,700</p> <p>(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</p> <p>(C) 60分ダンスetcクラス(DanceX3) 会員料金・・・¥2,400</p> <p>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、初回の同伴の会員様限定)</p> <p>※非会員の方は上記の金額+1,000円で受講可能です。</p>				<p>【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</p>				<p>【朝活&タ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!</p> <p>【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。</p>				<p>1</p> <table border="1"> <tr><td>12:40-13:55</td><td>A BASIC</td><td>AYANO</td></tr> <tr><td>14:00-15:15</td><td>A BASIC初級</td><td>AYANO</td></tr> <tr><td>15:15-16:30</td><td>A BASIC初級~初級</td><td>AYANO</td></tr> <tr><td>16:30-17:30</td><td>Practice</td><td></td></tr> <tr><td>17:30-18:45</td><td>A だれでもスピニング</td><td>mayumi</td></tr> </table>		12:40-13:55	A BASIC	AYANO	14:00-15:15	A BASIC初級	AYANO	15:15-16:30	A BASIC初級~初級	AYANO	16:30-17:30	Practice		17:30-18:45	A だれでもスピニング	mayumi	<p>2</p> <table border="1"> <tr><td>11:30-12:30</td><td>Practice</td><td></td></tr> <tr><td>12:30-13:45</td><td>B ポール de ダンス</td><td>MANABIN</td></tr> <tr><td>13:45-15:00</td><td>A BASIC</td><td>MOMO</td></tr> <tr><td>15:10-16:25</td><td>A 初めてスピニング(スピニングBASIC)</td><td>MOMO</td></tr> <tr><td>16:30-17:30</td><td>B 60min Pole & Floor</td><td>REIKO</td></tr> </table>		11:30-12:30	Practice		12:30-13:45	B ポール de ダンス	MANABIN	13:45-15:00	A BASIC	MOMO	15:10-16:25	A 初めてスピニング(スピニングBASIC)	MOMO	16:30-17:30	B 60min Pole & Floor	REIKO																																																																																																							
12:40-13:55	A BASIC	AYANO																																																																																																																																																		
14:00-15:15	A BASIC初級	AYANO																																																																																																																																																		
15:15-16:30	A BASIC初級~初級	AYANO																																																																																																																																																		
16:30-17:30	Practice																																																																																																																																																			
17:30-18:45	A だれでもスピニング	mayumi																																																																																																																																																		
11:30-12:30	Practice																																																																																																																																																			
12:30-13:45	B ポール de ダンス	MANABIN																																																																																																																																																		
13:45-15:00	A BASIC	MOMO																																																																																																																																																		
15:10-16:25	A 初めてスピニング(スピニングBASIC)	MOMO																																																																																																																																																		
16:30-17:30	B 60min Pole & Floor	REIKO																																																																																																																																																		
3		4		5		6		7		8		9																																																																																																																																								
<table border="1"> <tr><td>10:45-12:00</td><td>A BASIC</td><td>REIKO</td></tr> <tr><td>14:30-15:45</td><td>B ポール de ダンス</td><td>mayumi</td></tr> <tr><td>16:00-17:00</td><td>Practice</td><td></td></tr> <tr><td>17:00-18:00</td><td>Practice</td><td></td></tr> <tr><td>18:00-19:00</td><td>Practice</td><td></td></tr> <tr><td>19:00-20:15</td><td>A BASIC初級</td><td>MANABIN</td></tr> <tr><td>20:15-21:30</td><td>A 妖艶スピニング</td><td>AYANO</td></tr> </table>		10:45-12:00	A BASIC	REIKO	14:30-15:45	B ポール de ダンス	mayumi	16:00-17:00	Practice		17:00-18:00	Practice		18:00-19:00	Practice		19:00-20:15	A BASIC初級	MANABIN	20:15-21:30	A 妖艶スピニング	AYANO	<table border="1"> <tr><td>11:30-12:30</td><td>B ママポール (NotママでもOK! ALLレベル)</td><td>mayumi (サホート REIKO)</td></tr> <tr><td>12:45-13:45</td><td>★ Practice</td><td></td></tr> <tr><td>14:00-15:15</td><td>A BASIC</td><td>mayumi</td></tr> <tr><td>15:15-16:15</td><td>Practice</td><td></td></tr> <tr><td>19:00-20:15</td><td>B ポール de ダンス</td><td>REIKO</td></tr> <tr><td>20:15-21:30</td><td>A スタティック&スピニングMIX</td><td>MOMO</td></tr> </table>		11:30-12:30	B ママポール (NotママでもOK! ALLレベル)	mayumi (サホート REIKO)	12:45-13:45	★ Practice		14:00-15:15	A BASIC	mayumi	15:15-16:15	Practice		19:00-20:15	B ポール de ダンス	REIKO	20:15-21:30	A スタティック&スピニングMIX	MOMO	<table border="1"> <tr><td>13:15-14:30</td><td>A はじめてheel</td><td>mayumi</td></tr> <tr><td>14:30-15:45</td><td>A 初級</td><td>AYANO</td></tr> <tr><td>16:00-17:00</td><td>Practice</td><td></td></tr> <tr><td>17:00-18:00</td><td>Practice</td><td></td></tr> <tr><td>18:00-19:00</td><td>Practice</td><td></td></tr> <tr><td>19:00-20:15</td><td>A BASIC</td><td>Lilika</td></tr> <tr><td>20:15-21:30</td><td>A Pole & Floor</td><td>Lilika</td></tr> </table>		13:15-14:30	A はじめてheel	mayumi	14:30-15:45	A 初級	AYANO	16:00-17:00	Practice		17:00-18:00	Practice		18:00-19:00	Practice		19:00-20:15	A BASIC	Lilika	20:15-21:30	A Pole & Floor	Lilika	<table border="1"> <tr><td>14:00-15:15</td><td>A 初級</td><td>MOMO</td></tr> <tr><td>15:15-16:15</td><td>★ Practice</td><td></td></tr> <tr><td>16:15-17:30</td><td>A だれでもスピニング</td><td>垂衣</td></tr> <tr><td>17:30-18:30</td><td>Practice</td><td></td></tr> <tr><td>19:00-20:15</td><td>A スピニングBASIC初級</td><td>REIKO</td></tr> <tr><td>20:15-21:30</td><td>A heels beginner</td><td>AYANO</td></tr> </table>		14:00-15:15	A 初級	MOMO	15:15-16:15	★ Practice		16:15-17:30	A だれでもスピニング	垂衣	17:30-18:30	Practice		19:00-20:15	A スピニングBASIC初級	REIKO	20:15-21:30	A heels beginner	AYANO	<table border="1"> <tr><td>11:15-12:15</td><td>B 60min BASIC (お子様連れもOK)</td><td>miik</td></tr> <tr><td>12:15-13:15</td><td>★ Practice</td><td></td></tr> <tr><td>13:15-14:30</td><td>A 初級</td><td>REIKO</td></tr> <tr><td>14:30-15:45</td><td>A BASIC初級</td><td>REIKO</td></tr> <tr><td>16:00-17:00</td><td>★ Practice</td><td></td></tr> <tr><td>17:00-18:00</td><td>Practice</td><td></td></tr> <tr><td>18:00-19:00</td><td>Practice</td><td></td></tr> <tr><td>19:00-20:15</td><td>A 初めてスピニング(スピニングBASIC)</td><td>MANABIN</td></tr> <tr><td>20:15-21:30</td><td>A BASIC</td><td>MANABIN</td></tr> </table>		11:15-12:15	B 60min BASIC (お子様連れもOK)	miik	12:15-13:15	★ Practice		13:15-14:30	A 初級	REIKO	14:30-15:45	A BASIC初級	REIKO	16:00-17:00	★ Practice		17:00-18:00	Practice		18:00-19:00	Practice		19:00-20:15	A 初めてスピニング(スピニングBASIC)	MANABIN	20:15-21:30	A BASIC	MANABIN	<table border="1"> <tr><td>12:40-13:55</td><td>A BASIC</td><td>AYANO</td></tr> <tr><td>14:00-15:15</td><td>A BASIC初級</td><td>AYANO</td></tr> <tr><td>15:15-16:30</td><td>A BASIC初級~初級</td><td>AYANO</td></tr> <tr><td>16:30-17:30</td><td>Practice</td><td></td></tr> <tr><td>17:30-18:45</td><td>A だれでもスピニング</td><td>mayumi</td></tr> </table>		12:40-13:55	A BASIC	AYANO	14:00-15:15	A BASIC初級	AYANO	15:15-16:30	A BASIC初級~初級	AYANO	16:30-17:30	Practice		17:30-18:45	A だれでもスピニング	mayumi	<table border="1"> <tr><td>11:30-12:30</td><td>Practice</td><td></td></tr> <tr><td>12:30-13:45</td><td>B ポール de ダンス</td><td>MANABIN</td></tr> <tr><td>13:45-15:00</td><td>A BASIC</td><td>MOMO</td></tr> <tr><td>15:10-16:25</td><td>A 初めてスピニング(スピニングBASIC)</td><td>MOMO</td></tr> <tr><td>16:30-17:30</td><td>B 60min Pole & Floor</td><td>REIKO</td></tr> </table>		11:30-12:30	Practice		12:30-13:45	B ポール de ダンス	MANABIN	13:45-15:00	A BASIC	MOMO	15:10-16:25	A 初めてスピニング(スピニングBASIC)	MOMO	16:30-17:30	B 60min Pole & Floor	REIKO
10:45-12:00	A BASIC	REIKO																																																																																																																																																		
14:30-15:45	B ポール de ダンス	mayumi																																																																																																																																																		
16:00-17:00	Practice																																																																																																																																																			
17:00-18:00	Practice																																																																																																																																																			
18:00-19:00	Practice																																																																																																																																																			
19:00-20:15	A BASIC初級	MANABIN																																																																																																																																																		
20:15-21:30	A 妖艶スピニング	AYANO																																																																																																																																																		
11:30-12:30	B ママポール (NotママでもOK! ALLレベル)	mayumi (サホート REIKO)																																																																																																																																																		
12:45-13:45	★ Practice																																																																																																																																																			
14:00-15:15	A BASIC	mayumi																																																																																																																																																		
15:15-16:15	Practice																																																																																																																																																			
19:00-20:15	B ポール de ダンス	REIKO																																																																																																																																																		
20:15-21:30	A スタティック&スピニングMIX	MOMO																																																																																																																																																		
13:15-14:30	A はじめてheel	mayumi																																																																																																																																																		
14:30-15:45	A 初級	AYANO																																																																																																																																																		
16:00-17:00	Practice																																																																																																																																																			
17:00-18:00	Practice																																																																																																																																																			
18:00-19:00	Practice																																																																																																																																																			
19:00-20:15	A BASIC	Lilika																																																																																																																																																		
20:15-21:30	A Pole & Floor	Lilika																																																																																																																																																		
14:00-15:15	A 初級	MOMO																																																																																																																																																		
15:15-16:15	★ Practice																																																																																																																																																			
16:15-17:30	A だれでもスピニング	垂衣																																																																																																																																																		
17:30-18:30	Practice																																																																																																																																																			
19:00-20:15	A スピニングBASIC初級	REIKO																																																																																																																																																		
20:15-21:30	A heels beginner	AYANO																																																																																																																																																		
11:15-12:15	B 60min BASIC (お子様連れもOK)	miik																																																																																																																																																		
12:15-13:15	★ Practice																																																																																																																																																			
13:15-14:30	A 初級	REIKO																																																																																																																																																		
14:30-15:45	A BASIC初級	REIKO																																																																																																																																																		
16:00-17:00	★ Practice																																																																																																																																																			
17:00-18:00	Practice																																																																																																																																																			
18:00-19:00	Practice																																																																																																																																																			
19:00-20:15	A 初めてスピニング(スピニングBASIC)	MANABIN																																																																																																																																																		
20:15-21:30	A BASIC	MANABIN																																																																																																																																																		
12:40-13:55	A BASIC	AYANO																																																																																																																																																		
14:00-15:15	A BASIC初級	AYANO																																																																																																																																																		
15:15-16:30	A BASIC初級~初級	AYANO																																																																																																																																																		
16:30-17:30	Practice																																																																																																																																																			
17:30-18:45	A だれでもスピニング	mayumi																																																																																																																																																		
11:30-12:30	Practice																																																																																																																																																			
12:30-13:45	B ポール de ダンス	MANABIN																																																																																																																																																		
13:45-15:00	A BASIC	MOMO																																																																																																																																																		
15:10-16:25	A 初めてスピニング(スピニングBASIC)	MOMO																																																																																																																																																		
16:30-17:30	B 60min Pole & Floor	REIKO																																																																																																																																																		
10		11		12		13		14		15		16																																																																																																																																								
<table border="1"> <tr><td>11:00-12:00</td><td>体験レッスン</td><td>REIKO</td></tr> <tr><td>14:30-15:45</td><td>B ポール de ダンス</td><td>mayumi</td></tr> <tr><td>16:00-17:00</td><td>Practice</td><td></td></tr> <tr><td>17:00-18:00</td><td>Practice</td><td></td></tr> <tr><td>18:00-19:00</td><td>Practice</td><td></td></tr> <tr><td>19:00-20:15</td><td>A BASIC初級</td><td>MANABIN</td></tr> <tr><td>20:15-21:30</td><td>A 妖艶スピニング</td><td>AYANO</td></tr> </table>		11:00-12:00	体験レッスン	REIKO	14:30-15:45	B ポール de ダンス	mayumi	16:00-17:00	Practice		17:00-18:00	Practice		18:00-19:00	Practice		19:00-20:15	A BASIC初級	MANABIN	20:15-21:30	A 妖艶スピニング	AYANO	<table border="1"> <tr><td>11:30-12:30</td><td>B ママポール (NotママでもOK! ALLレベル)</td><td>miik</td></tr> <tr><td>12:45-13:45</td><td>★ Practice</td><td></td></tr> <tr><td>14:00-15:15</td><td>A BASIC</td><td>miik</td></tr> <tr><td>15:15-16:15</td><td>Practice</td><td></td></tr> <tr><td>19:00-20:15</td><td>A BASIC初級</td><td>AYANO</td></tr> <tr><td>20:15-21:30</td><td>A スタティック&スピニングMIX</td><td>MOMO</td></tr> </table>		11:30-12:30	B ママポール (NotママでもOK! ALLレベル)	miik	12:45-13:45	★ Practice		14:00-15:15	A BASIC	miik	15:15-16:15	Practice		19:00-20:15	A BASIC初級	AYANO	20:15-21:30	A スタティック&スピニングMIX	MOMO	<table border="1"> <tr><td>13:15-14:30</td><td>A はじめてheel</td><td>mayumi</td></tr> <tr><td>14:30-15:45</td><td>A 初級</td><td>AYANO</td></tr> <tr><td>16:00-17:00</td><td>Practice</td><td></td></tr> <tr><td>17:00-18:00</td><td>Practice</td><td></td></tr> <tr><td>18:00-19:00</td><td>Practice</td><td></td></tr> <tr><td>19:00-20:15</td><td>A BASIC</td><td>Lilika</td></tr> <tr><td>20:15-21:30</td><td>A Pole & Floor</td><td>Lilika</td></tr> </table>		13:15-14:30	A はじめてheel	mayumi	14:30-15:45	A 初級	AYANO	16:00-17:00	Practice		17:00-18:00	Practice		18:00-19:00	Practice		19:00-20:15	A BASIC	Lilika	20:15-21:30	A Pole & Floor	Lilika	<table border="1"> <tr><td>14:00-15:15</td><td>A 初級</td><td>MOMO</td></tr> <tr><td>15:15-16:15</td><td>★ Practice</td><td></td></tr> <tr><td>16:15-17:30</td><td>A だれでもスピニング</td><td>垂衣</td></tr> <tr><td>17:30-18:30</td><td>Practice</td><td></td></tr> <tr><td>19:00-20:15</td><td>A スピニングBASIC初級</td><td>REIKO</td></tr> <tr><td>20:15-21:30</td><td>A heels beginner</td><td>AYANO</td></tr> </table>		14:00-15:15	A 初級	MOMO	15:15-16:15	★ Practice		16:15-17:30	A だれでもスピニング	垂衣	17:30-18:30	Practice		19:00-20:15	A スピニングBASIC初級	REIKO	20:15-21:30	A heels beginner	AYANO	<table border="1"> <tr><td>11:15-12:15</td><td>B 60min BASIC (お子様連れもOK)</td><td>miik</td></tr> <tr><td>12:15-13:15</td><td>★ Practice</td><td></td></tr> <tr><td>13:15-14:30</td><td>A 初級</td><td>REIKO</td></tr> <tr><td>14:30-15:45</td><td>A BASIC初級</td><td>mayumi</td></tr> <tr><td>16:00-17:00</td><td>★ Practice</td><td></td></tr> <tr><td>17:00-18:00</td><td>Practice</td><td></td></tr> <tr><td>18:00-19:00</td><td>Practice</td><td></td></tr> <tr><td>19:00-20:15</td><td>A 初めてスピニング(スピニングBASIC)</td><td>MANABIN</td></tr> <tr><td>20:15-21:30</td><td>A BASIC</td><td>MANABIN</td></tr> </table>		11:15-12:15	B 60min BASIC (お子様連れもOK)	miik	12:15-13:15	★ Practice		13:15-14:30	A 初級	REIKO	14:30-15:45	A BASIC初級	mayumi	16:00-17:00	★ Practice		17:00-18:00	Practice		18:00-19:00	Practice		19:00-20:15	A 初めてスピニング(スピニングBASIC)	MANABIN	20:15-21:30	A BASIC	MANABIN	<table border="1"> <tr><td>12:40-13:55</td><td>A BASIC</td><td>AYANO</td></tr> <tr><td>14:00-15:15</td><td>A BASIC初級</td><td>垂衣</td></tr> <tr><td>15:15-16:30</td><td>A BASIC初級~初級</td><td>AYANO</td></tr> <tr><td>16:30-17:30</td><td>Practice</td><td></td></tr> <tr><td>17:30-18:45</td><td>A だれでもスピニング</td><td>mayumi</td></tr> </table>		12:40-13:55	A BASIC	AYANO	14:00-15:15	A BASIC初級	垂衣	15:15-16:30	A BASIC初級~初級	AYANO	16:30-17:30	Practice		17:30-18:45	A だれでもスピニング	mayumi	<table border="1"> <tr><td>11:30-12:30</td><td>Practice</td><td></td></tr> <tr><td>12:30-13:45</td><td>B ポール de ダンス</td><td>MANABIN</td></tr> <tr><td>13:45-15:00</td><td>A BASIC</td><td>MOMO</td></tr> <tr><td>15:10-16:25</td><td>A 初めてスピニング(スピニングBASIC)</td><td>MOMO</td></tr> <tr><td>16:30-17:30</td><td>B 60min Pole & Floor</td><td>REIKO</td></tr> </table>		11:30-12:30	Practice		12:30-13:45	B ポール de ダンス	MANABIN	13:45-15:00	A BASIC	MOMO	15:10-16:25	A 初めてスピニング(スピニングBASIC)	MOMO	16:30-17:30	B 60min Pole & Floor	REIKO
11:00-12:00	体験レッスン	REIKO																																																																																																																																																		
14:30-15:45	B ポール de ダンス	mayumi																																																																																																																																																		
16:00-17:00	Practice																																																																																																																																																			
17:00-18:00	Practice																																																																																																																																																			
18:00-19:00	Practice																																																																																																																																																			
19:00-20:15	A BASIC初級	MANABIN																																																																																																																																																		
20:15-21:30	A 妖艶スピニング	AYANO																																																																																																																																																		
11:30-12:30	B ママポール (NotママでもOK! ALLレベル)	miik																																																																																																																																																		
12:45-13:45	★ Practice																																																																																																																																																			
14:00-15:15	A BASIC	miik																																																																																																																																																		
15:15-16:15	Practice																																																																																																																																																			
19:00-20:15	A BASIC初級	AYANO																																																																																																																																																		
20:15-21:30	A スタティック&スピニングMIX	MOMO																																																																																																																																																		
13:15-14:30	A はじめてheel	mayumi																																																																																																																																																		
14:30-15:45	A 初級	AYANO																																																																																																																																																		
16:00-17:00	Practice																																																																																																																																																			
17:00-18:00	Practice																																																																																																																																																			
18:00-19:00	Practice																																																																																																																																																			
19:00-20:15	A BASIC	Lilika																																																																																																																																																		
20:15-21:30	A Pole & Floor	Lilika																																																																																																																																																		
14:00-15:15	A 初級	MOMO																																																																																																																																																		
15:15-16:15	★ Practice																																																																																																																																																			
16:15-17:30	A だれでもスピニング	垂衣																																																																																																																																																		
17:30-18:30	Practice																																																																																																																																																			
19:00-20:15	A スピニングBASIC初級	REIKO																																																																																																																																																		
20:15-21:30	A heels beginner	AYANO																																																																																																																																																		
11:15-12:15	B 60min BASIC (お子様連れもOK)	miik																																																																																																																																																		
12:15-13:15	★ Practice																																																																																																																																																			
13:15-14:30	A 初級	REIKO																																																																																																																																																		
14:30-15:45	A BASIC初級	mayumi																																																																																																																																																		
16:00-17:00	★ Practice																																																																																																																																																			
17:00-18:00	Practice																																																																																																																																																			
18:00-19:00	Practice																																																																																																																																																			
19:00-20:15	A 初めてスピニング(スピニングBASIC)	MANABIN																																																																																																																																																		
20:15-21:30	A BASIC	MANABIN																																																																																																																																																		
12:40-13:55	A BASIC	AYANO																																																																																																																																																		
14:00-15:15	A BASIC初級	垂衣																																																																																																																																																		
15:15-16:30	A BASIC初級~初級	AYANO																																																																																																																																																		
16:30-17:30	Practice																																																																																																																																																			
17:30-18:45	A だれでもスピニング	mayumi																																																																																																																																																		
11:30-12:30	Practice																																																																																																																																																			
12:30-13:45	B ポール de ダンス	MANABIN																																																																																																																																																		
13:45-15:00	A BASIC	MOMO																																																																																																																																																		
15:10-16:25	A 初めてスピニング(スピニングBASIC)	MOMO																																																																																																																																																		
16:30-17:30	B 60min Pole & Floor	REIKO																																																																																																																																																		
17		18		19		20		21		22		23																																																																																																																																								
<table border="1"> <tr><td>10:45-12:00</td><td>A BASIC</td><td>REIKO</td></tr> <tr><td>14:30-15:45</td><td>B ポール de ダンス</td><td>mayumi</td></tr> <tr><td>16:00-17:00</td><td>Practice</td><td></td></tr> <tr><td>17:00-18:00</td><td>Practice</td><td></td></tr> <tr><td>18:00-19:00</td><td>Practice</td><td></td></tr> <tr><td>19:00-20:15</td><td>A BASIC初級</td><td>MANABIN</td></tr> <tr><td>20:15-21:30</td><td>A 妖艶スピニング</td><td>AYANO</td></tr> </table>		10:45-12:00	A BASIC	REIKO	14:30-15:45	B ポール de ダンス	mayumi	16:00-17:00	Practice		17:00-18:00	Practice		18:00-19:00	Practice		19:00-20:15	A BASIC初級	MANABIN	20:15-21:30	A 妖艶スピニング	AYANO	<table border="1"> <tr><td>11:30-12:30</td><td>B ママポール (NotママでもOK! ALLレベル)</td><td>mayumi (サホート REIKO)</td></tr> <tr><td>12:45-13:45</td><td>★ Practice</td><td></td></tr> <tr><td>14:00-15:15</td><td>A BASIC</td><td>mayumi</td></tr> <tr><td>15:15-16:15</td><td>Practice</td><td></td></tr> <tr><td>19:00-20:15</td><td>B ポール de ダンス</td><td>REIKO</td></tr> <tr><td>20:15-21:30</td><td>A スタティック&スピニングMIX</td><td>MOMO</td></tr> </table>		11:30-12:30	B ママポール (NotママでもOK! ALLレベル)	mayumi (サホート REIKO)	12:45-13:45	★ Practice		14:00-15:15	A BASIC	mayumi	15:15-16:15	Practice		19:00-20:15	B ポール de ダンス	REIKO	20:15-21:30	A スタティック&スピニングMIX	MOMO	<table border="1"> <tr><td>13:15-14:30</td><td>A はじめてheel</td><td>mayumi</td></tr> <tr><td>14:30-15:45</td><td>A 初級</td><td>AYANO</td></tr> <tr><td>16:00-17:00</td><td>Practice</td><td></td></tr> <tr><td>17:00-18:00</td><td>Practice</td><td></td></tr> <tr><td>18:00-19:00</td><td>Practice</td><td></td></tr> <tr><td>19:00-20:15</td><td>A BASIC</td><td>Lilika</td></tr> <tr><td>20:15-21:30</td><td>A Pole & Floor</td><td>Lilika</td></tr> </table>		13:15-14:30	A はじめてheel	mayumi	14:30-15:45	A 初級	AYANO	16:00-17:00	Practice		17:00-18:00	Practice		18:00-19:00	Practice		19:00-20:15	A BASIC	Lilika	20:15-21:30	A Pole & Floor	Lilika	<table border="1"> <tr><td>14:00-15:15</td><td>A 初級</td><td>MOMO</td></tr> <tr><td>15:15-16:15</td><td>★ Practice</td><td></td></tr> <tr><td>16:15-17:30</td><td>A だれでもスピニング</td><td>垂衣</td></tr> <tr><td>17:30-18:30</td><td>Practice</td><td></td></tr> <tr><td>19:00-20:15</td><td>A スピニングBASIC初級</td><td>REIKO</td></tr> <tr><td>20:15-21:30</td><td>A heels beginner</td><td>AYANO</td></tr> </table>		14:00-15:15	A 初級	MOMO	15:15-16:15	★ Practice		16:15-17:30	A だれでもスピニング	垂衣	17:30-18:30	Practice		19:00-20:15	A スピニングBASIC初級	REIKO	20:15-21:30	A heels beginner	AYANO	<table border="1"> <tr><td>11:15-12:15</td><td>B 60min BASIC (お子様連れもOK)</td><td>miik</td></tr> <tr><td>12:15-13:15</td><td>★ Practice</td><td></td></tr> <tr><td>13:15-14:30</td><td>A 初級</td><td>REIKO</td></tr> <tr><td>14:30-15:45</td><td>A BASIC初級</td><td>REIKO</td></tr> <tr><td>16:00-17:00</td><td>★ Practice</td><td></td></tr> <tr><td>17:00-18:00</td><td>Practice</td><td></td></tr> <tr><td>18:00-19:00</td><td>Practice</td><td></td></tr> <tr><td>19:00-20:15</td><td>A 初めてスピニング(スピニングBASIC)</td><td>MANABIN</td></tr> <tr><td>20:15-21:30</td><td>A BASIC</td><td>MANABIN</td></tr> </table>		11:15-12:15	B 60min BASIC (お子様連れもOK)	miik	12:15-13:15	★ Practice		13:15-14:30	A 初級	REIKO	14:30-15:45	A BASIC初級	REIKO	16:00-17:00	★ Practice		17:00-18:00	Practice		18:00-19:00	Practice		19:00-20:15	A 初めてスピニング(スピニングBASIC)	MANABIN	20:15-21:30	A BASIC	MANABIN	<p>スタジオお休みです</p>		<table border="1"> <tr><td>11:30-12:30</td><td>Practice</td><td></td></tr> <tr><td>12:30-13:45</td><td>B ポール de ダンス</td><td>MANABIN</td></tr> <tr><td>13:45-15:00</td><td>A BASIC</td><td>MOMO</td></tr> <tr><td>15:10-16:25</td><td>A 初めてスピニング(スピニングBASIC)</td><td>MOMO</td></tr> <tr><td>16:30-17:30</td><td>B 60min Pole & Floor</td><td>REIKO</td></tr> </table>		11:30-12:30	Practice		12:30-13:45	B ポール de ダンス	MANABIN	13:45-15:00	A BASIC	MOMO	15:10-16:25	A 初めてスピニング(スピニングBASIC)	MOMO	16:30-17:30	B 60min Pole & Floor	REIKO															
10:45-12:00	A BASIC	REIKO																																																																																																																																																		
14:30-15:45	B ポール de ダンス	mayumi																																																																																																																																																		
16:00-17:00	Practice																																																																																																																																																			
17:00-18:00	Practice																																																																																																																																																			
18:00-19:00	Practice																																																																																																																																																			
19:00-20:15	A BASIC初級	MANABIN																																																																																																																																																		
20:15-21:30	A 妖艶スピニング	AYANO																																																																																																																																																		
11:30-12:30	B ママポール (NotママでもOK! ALLレベル)	mayumi (サホート REIKO)																																																																																																																																																		
12:45-13:45	★ Practice																																																																																																																																																			
14:00-15:15	A BASIC	mayumi																																																																																																																																																		
15:15-16:15	Practice																																																																																																																																																			
19:00-20:15	B ポール de ダンス	REIKO																																																																																																																																																		
20:15-21:30	A スタティック&スピニングMIX	MOMO																																																																																																																																																		
13:15-14:30	A はじめてheel	mayumi																																																																																																																																																		
14:30-15:45	A 初級	AYANO																																																																																																																																																		
16:00-17:00	Practice																																																																																																																																																			
17:00-18:00	Practice																																																																																																																																																			
18:00-19:00	Practice																																																																																																																																																			
19:00-20:15	A BASIC	Lilika																																																																																																																																																		
20:15-21:30	A Pole & Floor	Lilika																																																																																																																																																		
14:00-15:15	A 初級	MOMO																																																																																																																																																		
15:15-16:15	★ Practice																																																																																																																																																			
16:15-17:30	A だれでもスピニング	垂衣																																																																																																																																																		
17:30-18:30	Practice																																																																																																																																																			
19:00-20:15	A スピニングBASIC初級	REIKO																																																																																																																																																		
20:15-21:30	A heels beginner	AYANO																																																																																																																																																		
11:15-12:15	B 60min BASIC (お子様連れもOK)	miik																																																																																																																																																		
12:15-13:15	★ Practice																																																																																																																																																			
13:15-14:30	A 初級	REIKO																																																																																																																																																		
14:30-15:45	A BASIC初級	REIKO																																																																																																																																																		
16:00-17:00	★ Practice																																																																																																																																																			
17:00-18:00	Practice																																																																																																																																																			
18:00-19:00	Practice																																																																																																																																																			
19:00-20:15	A 初めてスピニング(スピニングBASIC)	MANABIN																																																																																																																																																		
20:15-21:30	A BASIC	MANABIN																																																																																																																																																		
11:30-12:30	Practice																																																																																																																																																			
12:30-13:45	B ポール de ダンス	MANABIN																																																																																																																																																		
13:45-15:00	A BASIC	MOMO																																																																																																																																																		
15:10-16:25	A 初めてスピニング(スピニングBASIC)	MOMO																																																																																																																																																		
16:30-17:30	B 60min Pole & Floor	REIKO																																																																																																																																																		
24		25		26		27		28		29		30																																																																																																																																								
<table border="1"> <tr><td>11:00-12:00</td><td>体験レッスン</td><td>REIKO</td></tr> <tr><td>14:30-15:45</td><td>B ポール de ダンス</td><td>mayumi</td></tr> <tr><td>16:00-17:00</td><td>Practice</td><td></td></tr> <tr><td>17:00-18:00</td><td>Practice</td><td></td></tr> <tr><td>18:00-19:00</td><td>Practice</td><td></td></tr> <tr><td>19:00-20:15</td><td>A BASIC初級</td><td>MANABIN</td></tr> <tr><td>20:15-21:30</td><td>A 妖艶スピニング</td><td>AYANO</td></tr> </table>		11:00-12:00	体験レッスン	REIKO	14:30-15:45	B ポール de ダンス	mayumi	16:00-17:00	Practice		17:00-18:00	Practice		18:00-19:00	Practice		19:00-20:15	A BASIC初級	MANABIN	20:15-21:30	A 妖艶スピニング	AYANO	<table border="1"> <tr><td>11:30-12:30</td><td>B ママポール (NotママでもOK! ALLレベル)</td><td>REIKO</td></tr> <tr><td>12:45-13:45</td><td>★ Practice</td><td></td></tr> <tr><td>14:00-15:15</td><td>A BASIC</td><td>REIKO</td></tr> <tr><td>15:15-16:15</td><td>Practice</td><td></td></tr> <tr><td>19:15-20:15</td><td>Practice</td><td></td></tr> <tr><td>20:15-21:30</td><td>A スタティック&スピニングMIX</td><td>MOMO</td></tr> </table>		11:30-12:30	B ママポール (NotママでもOK! ALLレベル)	REIKO	12:45-13:45	★ Practice		14:00-15:15	A BASIC	REIKO	15:15-16:15	Practice		19:15-20:15	Practice		20:15-21:30	A スタティック&スピニングMIX	MOMO	<table border="1"> <tr><td>13:15-14:30</td><td>A はじめてheel</td><td>mayumi</td></tr> <tr><td>14:30-15:45</td><td>A 初級</td><td>AYANO</td></tr> <tr><td>16:00-17:00</td><td>Practice</td><td></td></tr> <tr><td>17:00-18:00</td><td>Practice</td><td></td></tr> <tr><td>18:00-19:00</td><td>Practice</td><td></td></tr> <tr><td>19:00-20:15</td><td>A BASIC</td><td>Lilika</td></tr> <tr><td>20:15-21:30</td><td>A Pole & Floor</td><td>Lilika</td></tr> </table>		13:15-14:30	A はじめてheel	mayumi	14:30-15:45	A 初級	AYANO	16:00-17:00	Practice		17:00-18:00	Practice		18:00-19:00	Practice		19:00-20:15	A BASIC	Lilika	20:15-21:30	A Pole & Floor	Lilika	<table border="1"> <tr><td>14:00-15:15</td><td>A 初級</td><td>MOMO</td></tr> <tr><td>15:15-16:15</td><td>★ Practice</td><td></td></tr> <tr><td>16:15-17:30</td><td>A だれでもスピニング</td><td>垂衣</td></tr> <tr><td>17:30-18:30</td><td>Practice</td><td></td></tr> <tr><td>19:00-20:15</td><td>A スピニングBASIC初級</td><td>REIKO</td></tr> <tr><td>20:15-21:30</td><td>A heels beginner</td><td>AYANO</td></tr> </table>		14:00-15:15	A 初級	MOMO	15:15-16:15	★ Practice		16:15-17:30	A だれでもスピニング	垂衣	17:30-18:30	Practice		19:00-20:15	A スピニングBASIC初級	REIKO	20:15-21:30	A heels beginner	AYANO	<table border="1"> <tr><td>11:15-12:15</td><td>B 60min BASIC (お子様連れもOK)</td><td>miik</td></tr> <tr><td>12:15-13:15</td><td>★ Practice</td><td></td></tr> <tr><td>13:15-14:30</td><td>A 初級</td><td>REIKO</td></tr> <tr><td>14:30-15:45</td><td>A BASIC初級</td><td>REIKO</td></tr> <tr><td>16:00-17:00</td><td>★ Practice</td><td></td></tr> <tr><td>17:00-18:00</td><td>Practice</td><td></td></tr> <tr><td>18:00-19:00</td><td>Practice</td><td></td></tr> <tr><td>19:00-20:15</td><td>A 初めてスピニング(スピニングBASIC)</td><td>MANABIN</td></tr> <tr><td>20:15-21:30</td><td>A BASIC</td><td>MANABIN</td></tr> </table>		11:15-12:15	B 60min BASIC (お子様連れもOK)	miik	12:15-13:15	★ Practice		13:15-14:30	A 初級	REIKO	14:30-15:45	A BASIC初級	REIKO	16:00-17:00	★ Practice		17:00-18:00	Practice		18:00-19:00	Practice		19:00-20:15	A 初めてスピニング(スピニングBASIC)	MANABIN	20:15-21:30	A BASIC	MANABIN	<p>スタジオお休みです</p>																																	
11:00-12:00	体験レッスン	REIKO																																																																																																																																																		
14:30-15:45	B ポール de ダンス	mayumi																																																																																																																																																		
16:00-17:00	Practice																																																																																																																																																			
17:00-18:00	Practice																																																																																																																																																			
18:00-19:00	Practice																																																																																																																																																			
19:00-20:15	A BASIC初級	MANABIN																																																																																																																																																		
20:15-21:30	A 妖艶スピニング	AYANO																																																																																																																																																		
11:30-12:30	B ママポール (NotママでもOK! ALLレベル)	REIKO																																																																																																																																																		
12:45-13:45	★ Practice																																																																																																																																																			
14:00-15:15	A BASIC	REIKO																																																																																																																																																		
15:15-16:15	Practice																																																																																																																																																			
19:15-20:15	Practice																																																																																																																																																			
20:15-21:30	A スタティック&スピニングMIX	MOMO																																																																																																																																																		
13:15-14:30	A はじめてheel	mayumi																																																																																																																																																		
14:30-15:45	A 初級	AYANO																																																																																																																																																		
16:00-17:00	Practice																																																																																																																																																			
17:00-18:00	Practice																																																																																																																																																			
18:00-19:00	Practice																																																																																																																																																			
19:00-20:15	A BASIC	Lilika																																																																																																																																																		
20:15-21:30	A Pole & Floor	Lilika																																																																																																																																																		
14:00-15:15	A 初級	MOMO																																																																																																																																																		
15:15-16:15	★ Practice																																																																																																																																																			
16:15-17:30	A だれでもスピニング	垂衣																																																																																																																																																		
17:30-18:30	Practice																																																																																																																																																			
19:00-20:15	A スピニングBASIC初級	REIKO																																																																																																																																																		
20:15-21:30	A heels beginner	AYANO																																																																																																																																																		
11:15-12:15	B 60min BASIC (お子様連れもOK)	miik																																																																																																																																																		
12:15-13:15	★ Practice																																																																																																																																																			
13:15-14:30	A 初級	REIKO																																																																																																																																																		
14:30-15:45	A BASIC初級	REIKO																																																																																																																																																		
16:00-17:00	★ Practice																																																																																																																																																			
17:00-18:00	Practice																																																																																																																																																			
18:00-19:00	Practice																																																																																																																																																			
19:00-20:15	A 初めてスピニング(スピニングBASIC)	MANABIN																																																																																																																																																		
20:15-21:30	A BASIC	MANABIN																																																																																																																																																		