

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
7	Astudio: 7:00-8:00 はじめてのバレエ 晶子先生 Bstudio: 7:00-8:00 朝ヨガ サラ先生						
8							
9	8:30-9:30 はじめてのバレエ 晶子先生						
10	10:00-11:30 バレエ 美沙先生 10:00-11:20 はじめてのバレエからのステップアップ 晶子先生	10:00-11:30 バレエ ミサ先生 10:20-11:20 はじめてのバレエ 美沙先生	10:00-11:00 はじめてのバレエ 晶子先生 10:00-11:00 はじめてのダンス アヤカ先生	10:00-11:00 はじめてのバレエ 美沙先生 10:00-11:00 はじめてのダンス ミキ先生	10:00-11:30 バレエ ミサ先生 10:00-11:20 Kpop ダンス アキラ先生	9:30-11:00 バレエ 美咲先生 9:40-11:00 バレエストレッチ & パーレッスン 晶子先生	10:00-11:00 はじめてのバレエ チカ先生
11	11:50-13:20 バレエ 晶子先生 11:50-12:50 はじめてのバレエ 美沙先生	11:30-12:00 トウシューズ 美沙先生 11:40-13:00 バレエストレッチ & パーレッスン 優香先生	11:10-12:40 バレエ 晶子先生 11:20-12:40 パーレスク アヤカ先生	11:10-12:40 バレエ 美沙先生 11:10-12:30 テーマパークダンス ミキ先生	11:50-12:50 はじめてのバレエ りんご先生 11:30-12:50 初級ダンス アキラ先生	11:10-12:40 バレエ 晶子先生 12:40-13:10 トウシューズ	11:10-12:40 バレエ 美咲先生 11:30-12:50 初級ダンス リズム先生
12	13:40-14:40 はじめてのバレエ 晶子先生	14:00-15:00 はじめてのバレエ 優香先生 15:05-16:25 バレエストレッチ & パーレッスン 絢子先生	13:30-14:30 はじめてのバレエ ミキ先生 13:10-14:40 バレエ特別レッスン 優香先生	13:30-14:50 Kpopダンス マヤ先生 14:10-15:30 パーレッスン & 初級トウシューズ 晶子先生	13:00-14:30 バレエ りんご先生 13:00-14:00 はじめてのダンス マリン先生	13:30-14:30 はじめてのバレエ 晶子先生 13:00-14:20 バレエストレッチ 優香先生	13:30-14:30 はじめてのバレエ 美咲先生 13:30-14:30 はじめてのダンス リズム先生
13							
14							
15							
16							
17							
18							
19	19:00-20:00 はじめてのバレエ チカ先生 18:30-19:50 バレエストレッチ ミキ先生	19:00-20:00 はじめてのバレエ ミキ先生 18:30-19:50 初級ダンス リュウキ先生	18:30-19:50 Kpop ダンス ノリコ先生 18:30-19:50 バレエストレッチ & パーレッスン 晶子先生	18:30-20:00 バレエ 優香先生 18:40-20:00 Jpopダンス アンナ先生	18:30-19:30 はじめてのバレエ 晶子先生 18:40-20:00 Jpopダンス マヤ先生	14:45-15:45 はじめてのバレエ 優香先生 14:40-16:00 パーレッスン & 初級トウシューズ 晶子先生	16:10-17:10 ベリーダンス(入門) サチエ先生 17:20-18:20 ベリーダンス(初中級) サチエ先生 18:30-19:30 はじめてのダンス アンナ先生
20	20:10-21:30 テーマパークダンス ジュンコ先生 20:05-21:25 バレエストレッチ & パーレッスン ミキ先生	20:10-21:30 テーマパークダンス ミキ先生 20:00-21:20 Kpopダンス リュウキ先生	20:00-21:30 バレエ 晶子先生 20:00-21:20 Kpop ダンス ノリコ先生	20:25-21:45 Kpop ダンス アンナ先生	19:40-21:10 バレエ 晶子先生	19:30-20:50 テーマパークダンス ミキ先生 19:40-21:00 Jpop ダンス アンナ先生	16:20-17:40 Jpopダンス リズム先生 18:00-19:00 エアリアルシルク コエ先生
21	21:40-23:00 テーマパークダンス ジュンコ先生	21:40-23:00 テーマパークダンス ちあき先生					19:20-20:40 初級ダンス リズム先生
22							
23							
24							

5階スタジオ(ポールダンス&エアリアル)

	(月曜日)MONDAY	(火曜日)TUESDAY	(水曜日)WEDNESDAY	(木曜日)THURSDAY	(金曜日)FRIDAY	(土曜日)SATURDAY	(日曜日)SUNDAY
10:00	2021年4月の備考						
11:00	3日 メイ先生お休み		◯ ヒールOKクラス				
12:00	17日 マコ先生お休み		★ 入門レベル				11:20-12:35 ポールダンス ★★ シュシュ先生
13:00	25日 ミサコ先生お休み		★★ 初級レベル				
13:00	29日 特別レッスン営業		★ 中上級レベル				12:50-14:05 ★★ ポールダンス ★★ シュシュ先生
13:00	30日 特別レッスン営業		★ 中上級レベル				
14:00		14:00-15:00 はじめてのポールダンス入門 イツセイ先生					
15:00				14:30-15:45 エキゾチック ポールダンス ★★ アリス先生		14:00-15:15 ポールダンス★ メイ先生 ◯	14:20-15:35 ポールスポーツ シュシュ先生
16:00	15:15-16:30 ポールスポーツ イツセイ先生	15:15-16:30 ポールスポーツ イツセイ先生			15:00-16:15 ポールトリック イツセイ先生	15:30-16:30 キッズポール クリーム先生 U-12	15:50-16:50 キッズポールスポーツ シュシュ先生 U-12
17:00	16:45-18:00 ポールトリック イツセイ先生	16:45-18:00 ポールトリック イツセイ先生		16:00-17:15 ポールダンス(超初級) サエラ先生		16:45-18:00 ポールトリック クリーム先生 ◯	17:15-18:15 はじめてのポールダンス入門 ミサコ先生
18:00					17:10-18:25 ポールトリック シュシュ先生		
19:00	18:30-19:45 ポールスポーツ イツセイ先生	18:30-19:45 [6日・20日] ジャズダンス ロビン先生 18:30-19:45 [13日・27日] エアリアルフープ 入門 マコ先生	18:30-19:30 はじめてのポールダンス入門 クリーム先生	18:30-19:45 ポールダンス (スピニング) ★★ アコ先生 ◯	18:40-19:40 はじめてのポールダンス入門 シュシュ先生	18:30-19:30 はじめてのポールダンス入門 クリーム先生	18:30-19:45 ポールダンス★ ミサコ先生
20:00	20:00-21:00 はじめてのポールダンス入門 ゴゼン先生	20:00-21:15 [6日・20日] ポールダンス (スピニング) ロビン先生 ◯ 20:00-21:15 [20日・27日] エアリアルフープ 初級 マコ先生	19:45-21:00 ポールトリック クリーム先生 ◯	20:00-21:15 ★★ ポールダンス (スピニング) ★★ アコ先生 ◯	19:55-21:10 ★★ ポールダンス ★★ シュシュ先生	19:45-21:00 ポールトリック イツセイ先生	
21:00	21:15-22:30 ポールダンス★ ゴゼン先生		21:15-22:30 ポールスポーツ クリーム先生	21:30-22:45 ポールトリック イツセイ先生	21:25-22:40 ポールトリック シュシュ先生	21:15-22:30 エアリアルフープ マコ先生	
22:00							
23:00							

※ポールダンス(女性らしさと柔軟性を磨けるポールを使ったダンスレッスンクラス) ※ポールトリック(技とテクニックを磨けるレッスンクラス)
 ※ポール&チェアダンス(ポールと椅子と使用したトリックやフロアダンスを踊るクラスです。) ※ジャズダンス(ジャズダンス超入門クラスです。)
 ※ポールスポーツ(ポールスポーツの大会を目指す方 興味のある方 ポールスポーツの技を習得したい方)

