

Poledance studio ANNJEWEL 一宮校 レッスンスケジュール 2024年7月 ※ご予約はこちら <http://www.annjewelonline.com>

	Mon		Tue		Wed		Thu		Fri		Sat		Sun	
	Ruby A studio	Ruby B studio	Ruby A studio	Ruby B studio	Ruby A studio	Ruby B studio	Ruby A studio	Ruby B studio	Ruby A studio	Ruby B studio	Ruby studio	Ruby B studio	Ruby studio	Ruby B studio
9:30	9:15 ~ 10:15 フリーボール (60分)		9:15 ~ 10:15 フリーボール (60分)		9:15 ~ 10:15 フリーボール (60分)		9:15 ~ 10:15 フリーボール (60分)		9:45 ~ 10:45 スピニング level1 Haruna		9:15 ~ 10:15 フリーボール (60分)		9:15 ~ 10:15 フリーボール (60分)	
10:00														
10:30	10:30 ~ 11:30 フリーボール (60分)		10:30 ~ 11:30 フリーボール (60分)		10:30 ~ 11:30 フリーボール (60分)		10:30 ~ 11:30 フリーボール (60分)		10:30 ~ 11:30 フリーボール (60分)		10:30 ~ 11:30 フリーボール (60分)		10:30 ~ 11:30 フリーボール (60分)	
11:00									11:00 ~ 12:00 ポールダンス level1~2 Haruna					
11:30			11:30 ~ 12:30 スピニング level1 ひまわり										11:15 ~ 12:15 ポールダンス level1 Haruna/みやっち	
12:00	11:45 ~ 12:45 フリーボール (60分)				11:15 ~ 12:15 フリーボール (60分)		11:45 ~ 12:45 フリーボール (60分)		11:45 ~ 12:45 フリーボール (60分)		11:45 ~ 12:45 フリーボール (60分)		11:45 ~ 12:45 フリーボール (60分)	
12:30							12:30 ~ 13:45 Flexibility WS All level SITA						12:30 ~ 13:15 はじめて体験 Haruna/みやっち	
13:00	13:00 ~ 14:00 ポールダンス level1 HARUNA		13:00 ~ 14:00 フリーボール (60分)		12:45 ~ 14:00 ポールダンス level2~ ひまわり		12:30 ~ 13:30 フリーボール (60分)		13:00 ~ 14:00 フリーボール (60分)		13:00 ~ 14:00 フリーボール (60分)		13:00 ~ 14:00 フリーボール (60分)	
13:30									【フリーボール】 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				第1.3 Haruna 第2.4.5 みやっち	
14:00							14:00 ~ 15:00 ヒールフロアー level1 SITA		【お子様を連れてのフリーボールについて】 他の利用者様に影響がある場合、誠に 申し訳ございませんが ご利用を中止していただく場合がございます。 その場合の返金は致しかねますのでご 了承下さい。		14:00 ~ 15:00 キッズボール level1 Mii		【キッズクラス】 体験レッスン 初回のみ ¥1,100 当日入金 ¥5,500 キッズチケット制	
14:30	14:15 ~ 15:15 スピニング level1 HARUNA		14:15 ~ 15:15 フリーボール (60分)		14:15 ~ 15:15 ヒールフロアー level1 ひまわり		14:00 ~ 15:00 フリーボール (60分)		14:15 ~ 15:15 フリーボール (60分)				14:15 ~ 15:15 フリーボール (60分)	
15:00														
15:30	15:30 ~ 16:30 フリーボール (60分)		15:30 ~ 16:30 フリーボール (60分)		15:30 ~ 16:30 フリーボール (60分)		15:30 ~ 16:30 フリーボール (60分)		15:30 ~ 16:30 フリーボール (60分)		15:15 ~ 16:15 スピニングMix level 1~2 Mii		←素足もヒールも o.k スタディックもやり ます	
16:00														
16:30											16:30 ~ 17:15 はじめて体験 Mii			
17:00	16:45 ~ 17:45 フリーボール (60分)		16:45 ~ 17:45 フリーボール (60分)		16:45 ~ 17:45 フリーボール (60分)		16:45 ~ 17:45 フリーボール (60分)		16:45 ~ 17:45 フリーボール (60分)		16:45 ~ 17:45 フリーボール (60分)		16:45 ~ 17:45 フリーボール (60分)	
17:30														
18:00	18:00 ~ 19:00 フリーボール (60分)				18:15 ~ 19:15 フリーボール (60分)		18:00 ~ 19:00 フリーボール (60分)		18:00 ~ 19:00 フリーボール (60分)		17:45 ~ 18:30 はじめて体験 みやっち		18:00 ~ 19:00 フリーボール (60分)	
18:30			18:15 ~ 19:00 はじめて体験 HARUNA										18:00 ~ 19:00 フリーボール (60分)	
19:00											18:45 ~ 19:45 ポールダンス level1 みやっち			
19:30	【レッスンのレベル】 Level1→ボール基礎、逆さま目指す方。		19:15 ~ 20:15 スピニング level1 HARUNA		19:15 ~ 20:15 フリーボール (60分)		19:00 ~ 19:45 はじめて体験 Mii		19:15 ~ 20:15 フリーボール (60分)		19:00 ~ 20:00 ポールダンス level1~2 みやっち		19:15 ~ 20:15 フリーボール (60分)	
20:00	Level2→床から逆さまになれる方。						20:00 ~ 21:00 ポールダンス level1 Mii		19:15 ~ 20:15 フリーボール (60分)		19:15 ~ 20:15 フリーボール (60分)		19:15 ~ 20:15 フリーボール (60分)	
20:30	Level3→空中から逆さまになれる方。						20:15 ~ 21:15 スピニング level1~2 みやっち		20:30 ~ 21:30 フリーボール (60分)		20:00 ~ 21:00 スピニング level1 みやっち		19:15 ~ 20:15 フリーボール (60分)	
21:00	Level4→level1~3のトリックができる方。		20:30 ~ 21:45 ポールスポーツ level 1~2 HARUNA		20:30 ~ 21:30 フリーボール (60分)				20:30 ~ 21:30 フリーボール (60分)		20:30 ~ 21:30 フリーボール (60分)		20:30 ~ 21:30 フリーボール (60分)	
21:30					21:15 ~ 22:15 セクシーヒール level1 Mii				20:30 ~ 21:45 ヒールフロアー level2 Sita				20:30 ~ 21:30 フリーボール (60分)	
22:00	21:45 ~ 21:45 フリーボール (60分)		21:45 ~ 22:45 フリーボール (60分)		21:45 ~ 22:45 フリーボール (60分)		21:45 ~ 22:45 フリーボール (60分)		21:45 ~ 22:45 フリーボール (60分)		21:45 ~ 22:45 フリーボール (60分)		21:45 ~ 22:45 フリーボール (60分)	
22:30														

※はじめて体験クラスを特別に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) はじめて体験は予約専用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、フレキシビリティークラスは、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。)
フリーボール枠について: ABの両方のスタジオの場合8本、Bスタジオのみの場合は4本ご利用いただけます。
スタジオレンタルについて: 全面、半面とお選びいただけます。