

Poledance studio ANNJEWEL レッスンスケジュール 2023年2月28日～3月31日 ※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															
10:00			9:30～11:00 午前フリーボール (90分)									9:30～11:00 午前フリーボール (90分)		9:30～11:00 午前フリーボール (90分)	
10:30															
11:00															
11:30	11:30～12:30 ●ボールダンス level1 KUTTY	11:30～12:30 フリーボール (60分)	11:15～12:30 ボールダンス level2～ SARA		11:00～12:00 フリーボール (60分)	11:00～12:00 フリーボール (60分)						11:15～12:15 ヒールフロアー level1 ERIKO	←NEW Eriko先生 お昼のヒールクラス &スピニングクラス ↓	11:15～12:15 ●ボールダンス level1 SARA	11:15～12:15 フリーボール (60分)
12:00															
12:30															
13:00	12:45～14:00 ●ボールダンス level2～ KUTTY	●お昼の ママ子連れ O.Kのクラス。	12:45～13:45 スピニング Level 1～2 SARA		12:15～13:15 ●スピニング ■ level1～2 KUTTY	■お昼の ヒール履いてOK のクラス ●お昼の ママ子連れ O.Kのクラス。						12:15～13:30 アクロヨガ All level MARYNA	12:30～13:30 スピニング level1 ERIKO	12:30～13:45 ●ボールダンス level2～ SARA	
13:30															
14:00															
14:30			14:15～15:15 フリーボール (60分)		13:30～14:30 フリーボール (60分)									14:15～15:15 ●ヒールフロアー level1 MIKA	●週末の ママ子連れ O.Kのクラス
15:00															
15:30															
16:00															
16:30															
17:00	【レッスンのレベル】 level1→ボール基礎、逆さま目指す方。		16:30～17:30 ボールダンス level1～2 KUMI		【キッズクラス】 体験レッスン 初回のみ ¥1,100 当日入会 ¥3,300 月謝制										
17:30	level2→床から逆さまになれる方。														
18:00	level3→空中から逆さまになれる方。														
18:30	level4→level1～3のトリックができる方。		18:15～19:15 フリーボール (60分)	18:00～19:15 アクロヨガ All level MARYNA	17:45～18:45 キッズクラス SARA										
19:00	19:15～20:15 ボールダンス level1 AYAKA	19:00～20:15 Flexibility WS All level SITA													
19:30			19:30～20:45 ヒールコレオ スピニング level2 KUMI	19:30～20:30 スピニング level1 MARYNA											
20:00	20:30～21:45 ボールダンス level2～ AYAKA	20:30～21:30 Sexy floor move level1 SITA			19:45～21:00 ハンスタクリニック level2～ SARA	20:15～21:00 はじめて体験 ERIKO									
20:30															
21:00															
21:30															
22:00															
22:30															

※毎月、はじめて体験クラスを別途特別に設けて開催しております。(お友達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

オンライン予約&決済システムとなります。お1人様ボール1本。完全WEBご予約制
★マスク着用・レッスン間に消毒や換気を行います。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。