

Poledance studio ANNJEWEL NAGOYA レッスンスケジュール 2024年12月～ ※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)	
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)		9:30~11:00 午前フリーボール (90分)		
10:30									
11:00	お昼のヒール↓								
11:30	11:15 ~ 12:15 ヒール コレオ スピニング level1 ● ERIKO	11:30 ~ 12:30 フリーボール (60分)	11:15 ~ 12:15 ●ボールダンス level1 SARA	11:15 ~ 12:15 フリーボール (60分)	【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	11:15 ~ 12:15 フリーボール (60分)	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						11:00 ~ 12:15 エアリアルフープ level1 Maryna	11:15 ~ 12:15 ボールダンス level1 SARA		
12:30	12:30 ~ 13:30 スピニング level1 ● ERIKO		12:30 ~ 13:45 ボールダンス level2~ SARA	12:45 ~ 13:45 ●ボールダンス level1 ひまわり	ーヒール履いてOK のクラス ●お昼の ママ子連れ O.Kのクラス。	12:30 ~ 13:30 アクロチア level1&2 ひまわり	12:20 ~ 13:35 アクロチア All level MARYNA	12:30 ~ 13:45 ボールダンス level2 SARA	●週末の ー ママ子連れ o.kのクラス
13:00							12:20 ~ 13:35 アクロチア All level MARYNA		
13:30									
14:00	14:00 ~ 15:00 フリーボール (60分)		14:00 ~ 14:45 はじめて体験 SARA	14:00 ~ 15:00 ヒールフロアー level1 ひまわり	ーヒールでも 素足でもO.K	13:45 ~ 14:45 スピニング level1 ● ひまわり	13:45 ~ 14:30 はじめて体験 KUMI	14:00 ~ 15:00 ヒールフロアー level1 MIKA	
14:30									
15:00									
15:30	【レッスンの参加レベル】 Level1→ボール入門、逆さま目指す level2→初級、床から逆さまになれる level3→初中級、空中逆さまになれる level4→中級、新技トリック目指す		15:00 ~ 16:00 フリーボール (60分)	15:15 ~ 16:30 チェアダンス level1~2 KUMI	15:15 ~ 16:00 はじめて体験 ひまわり	15:15 ~ 16:15 フリーボール (60分)	15:15 ~ 16:15 フリーボール (60分)	15:15 ~ 16:15 ●スピニング level1 MIKA	
16:00									
16:30									
17:00									
17:30									
18:00		18:00 ~ 18:45 はじめて体験							
18:30		SITA	18:45 ~ 20:00 エアリアルフープ Level1 MARYNA	18:15 ~ 19:15 キッズクラス ERIKO	18:15 ~ 19:15 ボールダンス level1~2 KUMI	18:15 ~ 19:15 フリーボール (60分)	17:30 ~ 18:30 ヒールフロアー level1 MIKA	17:45 ~ 18:45 フリーボール (60分)	フリーボール枠は 他の時間帯も枠が ある場合は利用可能 になりました。
19:00									
19:30	19:15 ~ 20:15 ボールダンス level1 AYAKA	19:00 ~ 20:15 Flexibility WS All level SITA	19:00 ~ 20:00 ボールダンス level1~2 みやっち	19:15 ~ 20:15 フリーボール (60分)	19:30 ~ 20:30 ボールダンス level1 MARYNA	19:30 ~ 20:45 リクエスト leve2~ KUMI	19:00 ~ 20:15 Flexibility WS All level SITA	18:45 ~ 19:45 フリーボール (60分)	日曜日19:00以降 ダイヤモンド レンタル予約枠 あり、早いもの勝ち
20:00									
20:30									
21:00	20:30 ~ 21:45 ボールダンス 発表会クラス AYAKA	20:30 ~ 21:30 Sexy floor move level1 SITA	20:15 ~ 21:30 ポールのスポーツ Level1~2 みやっち	20:00 ~ 21:00 ボールダンス Level1~2 ERIKO	20:30 ~ 21:30 フリーボール (60分)	20:45 ~ 22:00 ボールダンス leve2~ Maryna	20:30 ~ 21:45 スピニング level2~ AYAKA	20:30 ~ 21:45 flexibility pole trick level2~ SITA	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 ★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。
21:30		↑ 素足で美しく Exotic floor poleを 踊るクラスです。	↑ ポールのスポーツ 入門 クラス！	21:15 ~ 22:30 スピニング Level2 ERIKO	21:45 ~ 22:45 フリーボール (60分)	↑ 第一・第三は スピニング	↑ ヒール履いてOK のクラス	↑ 柔軟と軟体ポール技 を目指したい方必見	
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。(お友達ご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ください。