

Poledance studio ANNJEWEL レッスンスケジュール 2025年6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)	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	9：30～11：00 午前フリーポール (90分)	●お昼の子連れ OKクラス	9：30～11：00 午前フリーポール (90分)	●お昼の子連れ OKクラス	9：30～11：00 午前フリーポール (90分)	【お子様とのフリーポールについて】 他のご利用者様に迷惑になる場合、 ご利用を中止いただきます。 その場合の返金は致しかねますので、 ご注意ください。	9：30～11：00		【フリーポール】 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		9：30～11：00 午前フリーポール (90分)		9：30～11：00 午前フリーポール (90分)	●お昼の子連れ OKクラス	
10:00															
10:30															
11:00	お昼のヒール↓	11：30～12：30 フリーポール (60分)	11：15～12：15 ●ポールダンス level1 SARA		11：15～12：15 フリーポール (60分)				フリーポール (60分)		11：00～12：15 エアリアルフープ level 1 Maryna	←フープクラス 料金そのまま、時間増量 キッズ料金¥2,750ー	11：15～12：15 ポールダンス level1 SARA	11：15～12：15 フリーポール (60分)	
11:30	11：15～12：15 ヒールコレオスピニング level1 ● ERIKO														
12:00															
12:30	12：30～13：30 スピニング Level1～2 ● ERIKO		12：30～13：45 ポールダンス level2～ SARA	←ヒールを履いてOK リクエスト等も 受け付けます！	12：45～13：45 ●ポールダンス level1 ひまわり	←ヒール履いてOK のクラス	12：30～13：45 Flexibility WS All level SITA		12：30～13：30 アクロチア level1&2 ひまわり	フロアアクロバットの 基礎を学びます。 ←（キッズも歓迎）	12：20～13：35 アクロヨガ All level MARYNA	12：30～13：30 フリーポール (60分)	12：30～13：45 スピ・スタ level2 SARA		
13:00															
13:30															
14:00	14：00～15：00 フリーポール (60分)		14：00～14：45 はじめて体験 45分 SARA		14：00～15：15 エアリアルポール level1 ひまわり	←名古屋で唯一学べる 空中ポール入門クラス	14：00～15：15 ヒールフロア Level1～2 SITA		13：45～14：45 スピニング level1 ●ひまわり	13：00～14：30 ポールLevel 2 認定コース（沖縄） KUMI			14：00～15：00 ●ヒールフロアー level1 MIKA	フリーポール枠は 他の時間帯も枠が ある場合は利用可能 になりました。	
14:30															
15:00															
15:30	【レッスンの参加レベル】 Level1→ポール入門、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 フリーポール (60分)	ひまわり先生クラス は一宮校にお引越し しました！	15：30～16：45 はじめて体験 45分 ひまわり	15：15～16：15 フリーポール (60分)	15：15～16：15	15：15～16：15		15：00～16：00 フリーポール		14：45～15：45 ポールダンス level1 HARUNA	AYAKA先生の キッズクラス毎月2回 の開催になります 毎月チェックください	15：15～16：15 ●スピニング level1 MIKA	
16:00															
16:30															
17:00			18：00～18：45 はじめて体験 45分 SITA	↓マリーナ先生のフープ クラスが平日に登場！ キッズ参加OK (キッズ料金¥2,750ー)	18：15～19：15 キッズクラス ERIKO		16：15～17 フリーポー (60分)		18：15～19：15 フリーポール (60分)		16：00～17：15 ポールダンス level2～ HARUNA	16：15～17：15 ポールダンス level1 MIKA	16：30～17：30 フリーポール (60分)		
17:30															
18:00															
18:30			19：00～20：15 Flexibility WS All level SITA	18：45～20：00 エアリアルフープ Level 1 MARYNA	19：00～20：00 ポールダンス level1～2 みやっち	19：15～20：15 フリーポール (60分)	19：15～20：15	19：30～20：30 ポールダンス level1 MARYNA	19：30～20：30 フリーポール (60分)	19：15～20：15 スピニング level1 AYAKA	17：30～18：30 ヒールフロアー level1 MIKA	17：30～18：30 フリーポール (60分)	18：00～19：00 ポールダンス level1～2 SITA		
19:00															19:15～20:15 ポールダンス level1 AYAKA
19:30															
20:00		20：30～21：30 Sexy floor move level1 SITA	20：15～21：30 ポールダンス Level 2 みやっち	20：15～21：15 スピニング Level 1 MARYNA	20：00～21：00 ポールダンス Level 1～2 ERIKO	20：30～21：30 フリーポール (60分)	20：45～22：00 ポールダンス level2～ Maryna		20：15～21：15	20:30～21:45 Heels dance WS All level UNO	19：00～20：15 Flexibility WS All level SITA	18：45～19：45 フリーポール (60分)	19：15～20：30 ヒールフロア Level1～2 SITA		
20:30	20:30～21:45 ポールダンス level2～ AYAKA														
21:00															
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！		21：15～22：15 スピニング Level 1 ERIKO	21：45～22：45 フリーポール (60分)	↑第1・3はスピニング		↑ヒール履いてOK のクラス	↑STREET DANCE スニーカーでもO.K！ ダンス強化！男性○ 厚底ヒールは✖ 低めのヒール ○	20:30～21:45 flexibility pole trick level2～ SITA	↑NEW LESSON 柔軟と軟体ポール技 を目指したい方必見			
22:00															
22:30															

オンライン予約&決済システムとなります。
お1人様ポール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

＊毎月、はじめて体験クラスを別途特別にを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。

＊newフリーフープ：フープ2名様までポール3名様まで（フープ希望人数が被った場合はシェア）

オンライン予約&決済システムとなります。
お1人様ポール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。