

	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
	Sapphire studio	Sapphire studio	Sapphire studio	Sapphire studio	Sapphire studio	Sapphire studio	Sapphire studio
9:30							
10:00				10:00 ~ 10:45 第1.3.5はじめて体験 KUTTY	←第1.3.5週は 初めて体験クラス		
10:30			●ママ子連れO.K→	第2.4 9:45~10:45 ポールドダンスlevel1 KUTTY	←第2.4は9:45~10:45 ポールドダンスlevel1 開催		
11:00	11:00 ~ 12:00 ポールドダンス level1 KUTTY	←●ママ子連れO.K→	11:00 ~ 12:00 ヒールフロアー level1 KUTTY	11:00 ~ 12:00 ピラティス 入門 KUTTY	←●ママ子連れO.K	11:00 ~ 11:45 はじめて体験 KUTTY	
11:30							11:30 ~ 12:30 フリーポール (60分)
12:00		←●ママ子連れO.K→			●ママ子連れO.K →		
12:30	12:15 ~ 13:30 ポールドダンス level2~ KUTTY	第1.3.5リクエストクラス→ ↓ヒールO.K ↓1ヶ月で1曲 フロアと空中で振付	12:15 ~ 13:15 スピニング level1~2 KUTTY	12:15~13:15 フリーポール (60分)	12:30 ~ 13:30 フリーポール (60分)	12:00 ~ 13:00 スピニング level1 KUTTY	12:45 ~ 13:45 ポールドダンス level1 SAYU
13:00							
13:30		13:30 ~ 14:30 スピニング level1 KUTTY	13:30~14:30 フリーポール (60分)			13:15 ~ 14:15 キッズダンス&ポール 入門 MAIKO	14:00 ~ 15:00 はじめてヒール level1 SAYU
14:00	13:45~14:45 フリーポール (60分)				13:45 ~ 14:45 フリーポール (60分)		
14:30		14:45 ~ 15:45 ピラティス 入門 KUTTY	←NEW増設!!! ボディメイクや美姿勢に ←●ママ子連れO.K		●ママ子連れO.K → NEWクラススタート→	14:30 ~ 15:30 ヨガ&ピラティス 入門 MAIKO	
15:00							15:15 ~ 16:00 はじめて体験 SAYU
15:30		16:00~17:00 フリーポール (60分)			はじめて体験クラス お一人様一回まで	15:45 ~ 16:45 フリーポール (60分)	NEWインストラクター 誕生!!!!
16:00							
16:30							
17:00							
17:30						17:00 ~ 18:00 フリーポール (60分)	17:00 ~ 18:00 フリーポール (60分)
18:00			17:45 ~ 18:45 キッズポール level1 SARA	18:00 ~ 18:45 はじめて体験 ひまわり	18:00 ~ 18:45 はじめて体験 SARA		
18:30			↓NEW火曜日から移動			ヒールはじめてさん Welcome! ヒール無料貸出中!	
19:00							
19:30	19:00 ~ 20:00 フリーポール (60分)	19:00 ~ 20:00 フリーポール (60分)	19:00 ~ 20:00 スピニング level1 SARA	19:00 ~ 20:00 ポールドダンス level1 ひまわり	19:00 ~ 20:00 ヒールフロアー level1 SARA	19:00 ~ 20:00 フリーポール (60分)	19:00 ~ 20:00 フリーポール (60分)
20:00							
20:30	20:30 ~ 21:30 フリーポール (60分)	20:30 ~ 21:30 フリーポール (60分)	20:15 ~ 21:15 ポールドダンス level1 SARA	20:15 ~ 21:15 スピニング level1 ひまわり	20:15 ~ 21:30 ポールドダンス level2~ SARA	←NEW夜レッスンに level2新設!!!!	
21:00							
21:30							
22:00		SARA先生クラスは 水曜日と金曜日に 移動しました。		NEWインストラクター 誕生!!!!			
22:30							

【レッスンのレベル】

level1→ポール基礎、逆さま目指す方。

level2→床から逆さまになれる方。

level3→空中から逆さまになれる方。

level4→level1~3のトリックができる方。

【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

フリーポールの子連れO.Kですが、
お子さんが泣いたり、走り回ったりした時点で、お帰りにいただくルールをお願いします。
その際の返金等はございません。

【キャンセルの仕方について】

予約サイトへログインして、マイブッキングページより、予約したクラスのキャンセルや日時変更が行えます。
キャンセル期限は、開始時間の24時間前までです。
期限を過ぎてからのキャンセルはサイトから管理者へご連絡ください。期限を過ぎてからのキャンセルはご返金いたし兼ねますのでご注意くださいませ。

【コロナウィルス感染防止対策】

完全キャッシュレス
オンラインWeb予約&決済制
お1人様ポール1本制
入室前・手指消毒
レッスン間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。

※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。)