

Polodance studio ANNJEWEL ICHINOMIYA レッスンスケジュール 2024年9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
10:00	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)		●ママ子連れOK 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)		9:15 ~ 10:15 フリーボール (60分)
11:00	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 ~ 12:00 ポールダンス level1~2 Haruna	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)
12:00	11:45 ~ 12:45 フリーボール (60分)		11:30 ~ 12:30 スピニング level1 ひまわり		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)		11:45 ~ 12:45 フリーボール (60分)
13:00	●お昼クラスはママ子連れOKです 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)		12:30 ~ 13:45 Flexibility WS All level SITA	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)
14:00	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)		14:00 ~ 15:00 ヒールフロアー level1 SITA	14:15 ~ 15:15 フリーボール (60分)		14:00 ~ 15:00 キッズポール level1 Mii		14:15 ~ 15:15 フリーボール (60分)
15:00	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)		キッズクラス] 体験レッスン 初回のみ ¥1,100 当日入会 ¥5,500 キッズチケット制 ※兼通もヒールもok スタディックもやります→Miiク ルマ	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)
17:00	17:15 ~ 18:15 ポールダンス level1(第2・4) ひまわり	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)		16:45 ~ 17:45 フリーボール (60分)
18:00	↑NEW! 第2.4のみ開催 18:00 ~ 19:00 フリーボール (60分)		18:15 ~ 19:00 はじめて体験 HARUNA		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)	16:30 ~ 17:15 はじめて体験 Mii		16:45 ~ 17:45 フリーボール (60分)		16:45 ~ 17:45 フリーボール (60分)
19:00	19:15 ~ 20:15 フリーボール (60分)		19:15 ~ 20:15 スピニング level1 HARUNA		19:15 ~ 20:15 フリーボール (60分)		19:15 ~ 20:15 フリーボール (60分)		19:00 ~ 20:00 ポールダンス level1~2 みやっち	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)		18:00 ~ 19:00 フリーボール (60分)
20:00	20:30 ~ 21:30 フリーボール (60分)		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)		19:00 ~ 20:15 Flexibility WS All level SITA	19:15 ~ 20:15 フリーボール (60分)		18:45 ~ 19:45 ポールダンス level1 みやっち		19:15 ~ 20:15 フリーボール (60分)
21:00	21:45 ~ 21:45 フリーボール (60分)		21:45 ~ 22:45 フリーボール (60分)		21:15 ~ 22:15 セクシーヒール level1 Mii		21:45 ~ 22:45 フリーボール (60分)		20:15 ~ 21:15 スピニング level1~2 みやっち	20:30 ~ 21:45 ヒールフロアー level2 Sita		20:00 ~ 21:00 スピニング level1 みやっち		20:30 ~ 21:30 フリーボール (60分)
21:00	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)		21:45 ~ 22:45 フリーボール (60分)

※はじめてま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。