

3月 五反田スタジオ スケジュール

03-5412-2555 TEL受付時間 1400~2100

	月曜日 (Mon)		火曜日 (Tue)		水曜日 (Wed)		木曜日 (Thu)		金曜日 (Fri)		土曜日 (Sat)		日曜日 (Sun)		
	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	
10:00	10:30~11:30 ボール レベル 1&2 Hitomi						8:15~9:15 懸垂ボール					10:30~11:45 ボール レベル 2&3			
11:00	11:45~12:45 ※4・11日フリポ(ヒール不可) ※10・25日のみ スピニングボール レベル 1	11:45~12:45 エアリアルフープ 入門・基礎	12:00~12:00				11:30~12:45 ボール オールレベル	11:45~12:45 スピニングボール 入門		11:15~12:15		11:45~12:45 ※9・23日のみ エアリアルフープ 入門・基礎	10:30~11:30 チケット専用フリポ ヒール着用不可	10:30~11:45 ボール レベル 2&3	11:00~12:00
12:00	13:00~14:00 ※4日フリポ(ヒール不可) ※11・16日 開立 & 基礎強化 ※25日のみ フロアプレ(ヒール) SALLY	13:00~14:00 Hitomi	12:45~14:00※5日除く	12:45~13:45 ボール レベル 1&2 Hitomi			13:00~14:00 PINOKO	13:00~14:00 ボール オールレベル	11:30~12:45 ボール レベル 2&3 AYUMI	12:30~13:30 ボール レベル 1&2 Momo	12:00~13:00 スピニングボール レベル 2 以上 (60min) AI	12:00~13:15 Pole Trick Combination WS (level 3以上)	12:00~13:15 AYUMI	12:15~13:15 KPOP/CPOLEBANCE	
13:00	14:00~15:00 ※4・11日フリポ(ヒール不可) ※10・25日のみ フリポ(ヒール) SALLY	14:00~15:00 ボディコントロール 入門	14:00~15:15 ボール レベル 2&3	14:00~15:15 ボール レベル 2&3 Hitomi			13:00~14:00 スピニングボール レベル 2	13:00~14:00 ボール レベル 1&2 Pezo (KASUMI)	13:00~14:00 ボディコントロール 入門	14:15~15:15	13:15~14:30 ボール レベル 3&4 AI	13:15~14:15 BODY CONTROL STRETCH	13:30~14:30 AYUMI	13:30~14:30 Pole Trick Combination WS (level 3以上)	
14:00	14:15~15:15 ※4・11日フリポ(ヒール不可) ※10・25日のみ フリポ(ヒール) SALLY	14:15~15:15 ボディコントロール 入門	14:15~15:15 ボール レベル 2&3 ※5日除く	14:15~15:15 ボール レベル 2&3 Hitomi			14:15~15:15 PINOKO	14:15~15:15	14:15~15:30 ボディコントロール 入門	15:15~16:15	14:45~15:45 2日9・13・23日、開立、フロアプレ集中WS 18日ボールアクロバットWS 30日ハルスタ、エクサ、デットリフト 集中クラス acha	14:30~15:30 エアリアルフープ レベル 1 2・16・30日acha 9・23日MOKA	13:30~14:30 AYUMI	13:30~14:30 Pole Trick Combination WS (level 3以上)	
15:00	15:30~16:30 ※4・11日のみ チケット専用フリポ ヒール着用不可	15:30~16:30 エアリアルフープ リズムトレーニング acha	15:30~16:30 ボール レベル 1&2 YUI	15:30~16:30 スピニングボール レベル 1 ※5日フリポ(ヒール不可)	14:30~15:30 BODY CONTROL STRETCH	14:30~15:30 チケット専用フリポ ヒール着用不可	14:15~15:15 BODY CONTROL STRETCH	14:15~15:30 BODY CONTROL STRETCH	14:15~15:30 Pole Trick & Combination	15:15~16:15 Momo	14:45~15:45 2日9・13・23日、開立、フロアプレ集中WS 18日ボールアクロバットWS 30日ハルスタ、エクサ、デットリフト 集中クラス acha	14:30~15:30 エアリアルフープ レベル 1 2・16・30日acha 9・23日MOKA	14:45~16:00 AYUMI	14:45~16:00 AYUMI	
16:00	16:45~17:45 チケット専用フリポ ヒール着用不可	16:45~17:45	16:45~17:45 ボール レベル 1&2 YUI	16:45~17:45 スピニングボール レベル 1 SALLY	15:45~16:45 BODY CONTROL STRETCH	15:45~16:45 チケット専用フリポ ヒール着用不可	15:30~16:30 スピニングボール レベル 2&3	16:00~17:00 アクロバット基礎 (入門・初級)	15:45~16:45 チケット専用フリポ ヒール着用不可 ※1・22日除く	16:30~17:30 FREE POLE ヒール着用不可	16:00~17:15 2・16・30日 ボールトリックコンビネーション 9・23日 ボールレベル 2&3 YOSHIIRO	15:50~17:05 コンディション75分WS 入門・初級	14:45~16:00 ボール レベル 2&3 Pezo (KASUMI) 3日 YOSHIIRO	15:00~16:00 AYUMI	
17:00	17:45~18:45 チケット専用フリポ ヒール着用不可	17:45~18:45	17:45~18:45 ボール レベル 1&2 YUI	17:45~18:45 スピニングボール レベル 1 SALLY	17:00~18:00 BODY CONTROL STRETCH	17:00~18:00 チケット専用フリポ ヒール着用不可	17:15~18:15 スピニングボール レベル 2&3 acha	17:15~18:15 FREE POLE ヒール着用不可	17:45~18:45 FREE POLE ヒール着用不可	17:45~18:45 FREE POLE ヒール着用不可	17:45~18:45 2・16・30日 ボールトリックコンビネーション 9・23日 ボールレベル 2&3 YOSHIIRO	16:30~17:30 コンディション75分WS 入門・初級	14:45~16:00 ボール レベル 2&3 Pezo (KASUMI) 3日 YOSHIIRO	16:30~17:30 スピニングボール入門 17・23日 スピニングボールレベル 1 Pezo (KASUMI)	
18:00	18:45~19:45 チケット専用フリポ ヒール着用不可	18:45~19:45	18:45~19:45 ボール レベル 1&2 YUI	18:45~19:45 スピニングボール レベル 1 SALLY	18:00~19:00 BODY CONTROL STRETCH	18:00~19:00 チケット専用フリポ ヒール着用不可	18:15~19:15 スピニングボール レベル 2&3 acha	18:15~19:15 FREE POLE ヒール着用不可	18:45~19:45 FREE POLE ヒール着用不可	18:45~19:45 FREE POLE ヒール着用不可	18:45~19:45 2・16・30日 ボールトリックコンビネーション 9・23日 ボールレベル 2&3 YOSHIIRO	16:30~17:30 コンディション75分WS 入門・初級	14:45~16:00 ボール レベル 2&3 Pezo (KASUMI) 3日 YOSHIIRO	16:30~17:30 スピニングボール入門 17・23日 スピニングボールレベル 1 Pezo (KASUMI)	
19:00	19:00~20:15 ボールトリッククエスト オールレベル	19:00~20:00 エアリアルフープ 入門・基礎	19:00~20:15 ボール レベル 2&3	19:00~20:15 ボールレベル 3&4 STATIC OR SPINNING SALLY	19:00~20:00 ボールスポーツ オールレベル	19:00~20:00 ボディコントロール 入門	19:00~20:00 Sexy Move + Floor Trick	19:00~20:00 Sexy movement	19:00~20:00 チケット専用フリポ	19:00~20:00 Sexy movement sayuri	19:00~20:00 2日9・13・23日、開立、フロアプレ集中WS 18日ボールアクロバットWS 30日ハルスタ、エクサ、デットリフト 集中クラス acha	19:00~20:00 19:00~20:00 1日後継集中クラス 4日ダブルスクラス 22日BODY CONTROL STRETCH 23日チェストスタンド、開立 フロアプレメント集中WS	19:15~20:30 AYUMI	19:15~20:30 MOMOYOYO	
20:00	20:30~21:45 ボール レベル 2&3 NISHIO	20:30~21:30 ボール ヒール基礎 Momo	20:30~21:30 ボール レベル 2&3 acha	20:30~21:45 ボールレベル 3&4 STATIC OR SPINNING SALLY	20:15~21:30 ボール レベル 2&3 NISHIO	20:15~21:30 フロアアクロ 初級以上 TOMONORI	20:15~21:30 FLEXY TRICK (Coocoon, Eagle, Selen & Superpin)	20:15~21:30 Sexy movement sayuri	20:15~21:30 ボールレベル 2&3 sayuri	20:30~21:00 ※15・22日20:15~21:15 ボール・ヒール超入門 ※1日のみ エアリアルフープ 入門・基礎 Momo	20:15~21:15 20:15~21:30 ※23・30日のみ スニーカーボールWS Sayuri	20:15~21:15 20:15~21:30 ※2・9・16日のみ チケット専用フリポ	20:15~21:15 AYUMI	20:15~21:15 MOMOYOYO	
21:00	22:00~23:15 ボールレベルに合わせて カスタマイズ1 (リクエスト可能) NISHIO	21:45~22:45 チケット専用フリポ	22:00~23:00 ボール レベル 2&3 acha	22:00~23:00 ボールレベル 3&4 STATIC OR SPINNING SALLY	21:45~23:00 ボールトリッククエスト オールレベル NISHIO						20:15~21:15 20:15~21:30 ※23・30日のみ スニーカーボールWS Sayuri	20:15~21:15 20:15~21:30 ※2・9・16日のみ チケット専用フリポ	20:15~21:15 AYUMI	20:15~21:15 MOMOYOYO	

初心者マークのついていないクラスはレベル1の生徒様でも受講可能なクラスです！