3月 六本木スタジオ 入門者スケジュール

月曜日(Mon)

Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ
12:45～13:45 ポール レベル 1&2 Momo	14:00～15:00 シルクを用いた Body Conditioning + Stretch AYA	
	18:45～19:45 エアリアルシルク 入門・基礎 MIKA	19:15～20:15 ポール レベル 1&2 ELLES

火曜日(Tue)

Bスタジオ	Cスタジオ
12:40～13:40 エアリアルヨガ AYA	
	14:15～15:15 ストレッチ入門 ELLES
17:30～18:30 ※12・26日のみ エアリアルのための ストレッチ トレーニングクラス AYUKO	
19:00～20:00 エアリアルシルク 入門＋レベル 1 ACO	
	19:30～20:30 ポール レベル 1&2 ELLES

水曜日 (Wed)

Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ
11:30～12:30 ポール レベル 1&2 sayuri		
	13:00～14:00 エアリアルフープ 入門・基礎 MOE	
		14:15～15:15 ポール レベル 1&2 ELLES

木曜日 (Thu)

Aスタジオ	Bスタジオ
	13:15～14:15 柔軟クラス NON
	16:15～17:15 エアリアルフープ レベル 1&2 AYUKO
	19:00～20:00 エアリアルシルク 入門・基礎 YUKAKO
20:30～21:30 ポール レベル 1&2 SHIGEKO	20:15～21:15 エアリアルシルク レベル 1 YUKAKO

金曜日 (Fri)

Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ
	10:30～11:30 ※15日のみ エアリアルシルク 入門・基礎 ACO	
	11:45～12:45 ※15日のみ エアリアルシルク レベル 1 ACO	
13:30～14:30 ポール レベル1&2 SHIGEKO		
		16:00～17:00 ストレッチ入門 ELLES
	17:30～18:30 ※1・22・29日のみ エアリアルのための ストレッチ トレーニングクラス AYUKO	
	19:00～20:00 エアリアルシルク レベル 1 MIKA	

土曜日 (Sat)

Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ
	12:40～13:40 エアリアルフープ レベル 1&2 AYA	
	14:00～15:00 ハンモックダンス レベル1&2 AYA	
	15:30～16:30 エアリアルシルク レベル 1 MIKA	15:15～16:15 ストレッチ入門 ELLES
		16:30～17:30 ポール レベル 1 ELLES

日曜日 (Sun)

Aスタジオ	Bスタジオ
11:00～12:00 ※3日除く ポール レベル 1&2 AKI	11:00～12:00 エアリアルフープ レベル 1&2 AYUKO ※10・17日のみ エアリアルシルク入門・基礎 10日ACO 17日YUKAKO
12:30～13:30 ※3日のみ ポール レベル 1&2 Hitomi	
	14:00～15:00 エアリアルシルク入門 （入門者のみ参加可能） AYA