

Poledance studio ANNJEWEL レッスンスケジュール 2024年5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 | | | | | | | | | | | | | | |
| 10:00 | 9:30~11:00 午前フリーボール (90分) | | 9:30~11:00 午前フリーボール (90分) | | 9:30~11:00 午前フリーボール (90分) | | 9:30~11:00 午前フリーボール (90分) | | 9:30~11:00 午前フリーボール (90分) | | 9:30~11:00 午前フリーボール (90分) | | 9:30~11:00 午前フリーボール (90分) | |
| 10:30 | | | | | | | | | | | | | | |
| 11:00 | お昼のヒール↓ | | | | | | | | | | | | | |
| 11:30 | 11:15 ~ 12:15 ヒールフロアー level1 ● ERIKO | 11:30 ~ 12:30 フリーボール (60分) | 11:15 ~ 12:15 はじめて体験 45分 SARA | ← NEW 体験レッスン & レッスン スタート SARA先生クラス 内容、時間変更 しました！ ← ヒールを履いて O.K クラス/リクエスト 等も受け付けます ひまわり先生クラス は一宮校にお引越 しました！ ●お昼の ママ子連れ O.Kのクラス | 11:15 ~ 12:15 フリーボール (60分) | | | | 11:15 ~ 12:15 ボールアート level1~2 MARYNA | ← マリーナ 先生の美しいArt | 11:00 ~ 12:00 エアリアルフープ level 1 Maryna | NEW! 待望の フープクラス誕生!! | 11:15 ~ 12:15 ●ボールダンス level1 SARA | 11:15~12:15 フリーボール (60分) |
| 12:00 | | | 12:15 ~ 13:15 ●ボールダンス level1 SARA | | 12:30 ~ 13:30 ●ボールダンス level1 KUMI | ←ヒール履いてOK のクラス ●お昼の ママ子連れ O.Kのクラス。 | | | 12:30 ~ 13:30 アクロチア level1&2 ひまわり | 12:30 ~ 13:30 フリーボール (60分) | 12:15~13:30 アクロヨガ All level MARYNA | | 12:30 ~ 13:45 ●ボールダンス leve2 SARA | ●週末の ← ママ子連れ o.kのクラス |
| 12:30 | 12:30 ~ 13:30 スピニング level1 ● ERIKO | ●お昼の ママ子連れ O.Kのクラス | 13:30 ~ 14:45 ボールダンス level2~ SARA | | 13:45 ~ 15:00 チェアダンス level1 KUMI | ← ヒールでも 素足でもO.K チェアYogaから コレオの為75分 | | | 13:45 ~ 14:45 スピニング level1 ● ひまわり | ←チアダンスがお昼に フロアアクロバットの 基礎を学びます。 (キッズも歓迎) ←NEWスピニング | | | 14:45 ~ 15:45 ボールダンス level1 HARUNA | 14:00 ~ 15:00 ●ヒールフロアー level1 MIKA |
| 13:00 | 14:00 ~ 15:00 フリーボール (60分) | | | | 15:00 ~ 16:00 フリーボール (60分) | 15:15 ~ 16:15 フリーフープ &ボール(60分) | ←NEW フリーフープ フープ2名様まで ボール3名様まで (フープ希望人数が 被った場合はシェア) | 15:15 ~ 16:15 フリーボール (60分) | | 15:00 ~ 16:00 フリーボール (60分) | | | 16:00 ~ 17:15 ボールダンス leve2~ HARUNA | 16:15 ~ 17:15 ボールダンス level1 MIKA |
| 14:00 | | | | | | | | | | | | | | |
| 14:30 | | | | | | | | | | | | | | |
| 15:00 | | | | | | | | | | | | | | |
| 15:30 | | | | | | | | | | | | | | |
| 16:00 | | | | | | | | | | | | | | |
| 16:30 | 【レッスンの参加レベル】 | | | ●お昼の ママ子連れ O.Kのクラス | 【キッズクラス】 体験レッスン 初回のみ ¥1,100 当日入会 ¥5,500 月謝制 | | | | | 【キャンセルの仕方について】 予約サイトへログインして、マイブッキングより、 予約したメニュー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 | 16:00 ~ 17:15 ボールダンス leve2~ HARUNA | 16:30 ~ 17:30 フリーボール (60分) | 16:00 ~ 17:15 ボールダンス level1 MIKA | 16:30 ~ 17:30 フリーボール (60分) |
| 17:00 | level1→ボール入門、逆さま目指す | | | | | | | | | | | | | |
| 17:30 | level2→初級、床から逆さまになれる | | | | | | | | | | | | | |
| 18:00 | level3→初中級、空中逆さまになれる | | | | | | | | | | | | | |
| 18:30 | level4→中級、新技トリック目指す | | | | | | | | | | | | | |
| 19:00 | 19:15~20:15 ボールダンス level1 AYAKA | 19:00~20:15 Flexibility WS All level SITA | 19:15 ~ 20:15 ボールダンス level1~2 みやっち | 18:30~19:45 アクロヨガ All level MARYNA | 18:15~19:15 キッズクラス ERIKO | | | 18:15 ~ 19:15 ボールダンス Level 1~2 KUMI | 18:15~19:15 フリーボール (60分) | 19:15 ~ 20:15 スピニング level1 AYAKA | 18:45~19:45 フリーボール (60分) | 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 | 17:45 ~ 18:45 フリーボール (60分) | 日曜日19:00以降 ダイヤモンド レンタル予約枠 あり、早いもの勝ち |
| 19:30 | | | | | | | | | | | | | | |
| 20:00 | | | | | | | | | | | | | | |
| 20:30 | 20:30~21:45 ボールダンス level2~ AYAKA | 20:30 ~ 21:30 Sexy floor move level1 SITA | 20:30~21:45 ボールスポーツ Level 1~2 みやっち | 20:00 ~ 21:00 スピニング level1 MARYNA | 20:00 ~ 21:00 ボールダンス level1~2 ERIKO | 20:30 ~ 21:00 フリーボール (60分) | 19:30 ~ 20:45 リクエストトリック level2~ KUMI | 19:30~20:30 ボールダンス level1 MARYNA | 20:15 ~ 21:15 Heels dance WS All level UNO | 20:30~21:45 スピニング level2~ AYAKA | 20:15 ~ 21:15 Heels dance WS All level UNO | 土曜日20時以降 ダイヤモンド レンタル予約枠 あり、早いもの勝ち | | |
| 21:00 | | | | | | | | | | | | | | |
| 21:30 | | | | | | | | | | | | | | |
| 22:00 | | ↑ 素足で美しく Exotic floor poleを 踊るクラスです。 | ↑ ボールスポーツ 入門 クラス！ | | 21:15 ~ 22:30 スピニング level2~ ERIKO | | | 21:00 ~ 22:00 フリーボール (60分) | 20:45 ~ 22:00 ボールダンス leve2~ Maryna | ↑ ヒール履いてOK のクラス | ↑ STREET DANCE スニーカーでもOK! ダンス強化! 男性○ 厚底ヒールは ★ 低めのヒール ○ | | | |
| 22:30 | | | | | | | | | | | | | | |

※毎月、はじめて体験クラスを別途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。

オンライン予約&決済システムとなります。お1人様
ボール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。