Studio Lycoris 9月スケジュール

	月	火	水	木	金	土	日
9:00-12:00	フリーポール ¥1,200/1h1本 or スタジオレンタル ¥4000/1h 平日昼間2hパック¥5,000/2h 平日昼間3hパック¥6,000/3h		10:00-11:00 ポールダンス基礎	フリーポール ¥1,200/1h1本 or スタジオレンタル ¥4000/1h 平日昼間2hパック¥5,000/2h 平日昼間3hパック¥6,000/3h		スタジオレンタル午前パック¥6,000/3h	
12:00-13:00			11:15-12:25 解明!ポールトリック			フリーポール ¥1,200/1h1本 or スタジオレンタル ¥4,000/1h	12:15-13:25 スピニングポール 13:40-14:40 ポールダンス基礎 14:55-15:55 肉体改造ストレッチ 16:10-17:20 解明!ポールトリック (yamadori)
13:00-14:00			12:40-13:40 リコリスブートキャンプ (yamadori)				
14:00-15:00							
15:00-16:00							
16:00-17:00							
17:00-18:00							
18:00-19:00	18:15-19:15 キッズポールダンス	★18:00-19:00ご利用の方のみ 19:00-19:30のご利用が可能です				★18:00-19:00ご利用の方のみ 17:30-18:00のご利用が可能です	
19:00-20:00	19:30-20:30 ポールダンス基礎	フリーポール ¥1,200/1h1本 or スタジオレンタル ¥4,000/1h	19:45-20:45 インディkeikoの ポールトリック	フリーポール ¥1,200/1h1本 or スタジオレンタル ¥4,000/1h		スタジオレンタル 【サービスパック】 土日夜間パック¥6,000/3h	
20:00-21:00	20:45-21:55 解明!ポールトリック (yamadori)		21:00-22:00 LOVEポールマッスル (keiko)				
21:00-22:00							

※「フリーポールorスタジオレンタル」は同時帯に早く予約が入った方が優先されます。

※「フリーポール」および「スタジオレンタル」は毎時ちょうどからの1時間単位でのご利用をお願いいたします。(★水曜日、日曜日に例外あり)

※平日昼間パックは月～金9:00～18:00のうちの2h¥5,000、3h¥6,000となります。月～金の祝日でも対象になります。

※レッスンが休講になった時間帯もフリーポール・スタジオレンタルでご利用いただけます。

≪特別WS≫世界チャンピオン曼珠沙華 ★ダブルスポールトリックWS★	≪特別WS≫インドの国技 ★ロープマラカンブWS★	¥500 体験レッスン
ダブルストリックに特化したWSです◎ オールレベル。簡単にできて派手に見える技も多数！ ペアでの参加をおすすめしますが、お1人での参加も可能です★ 講師：曼珠沙華(keiko&maki) 9/15(土) 17:00～18:30 受講料金：会員4,000円／非会員5,000円	インドの国技を体験できるまたとない機会！ ぶら下がったロープ上でヨガのポーズをきめるスポーツです★ 運動経験・年齢不問！ぜひ皆さまご参加ください！ 講師：日本マラカンブ協会代表keiko 9/15(土) 15:30～16:30 受講料金：会員4,000円／非会員5,000円	9/15(土)14:15-15:10 10/20(土)15:00-15:55 ポールダンス体験レッスン ※会員/非会員ともに受講1可能