

Studio Lycoris 8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 11:15-12:25 解明!ポールトリック 12:40-13:40 肉体改造ストレッチ (yamadori)	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			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							
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	フリーポール ¥1,200/1h1本 or スタジオレンタル ¥4,000/1h		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	
19:00-20:00	19:30-20:30 ポールダンス基礎						
20:00-21:00	20:45-21:55 解明!ポールトリック (yamadori)						
21:00-22:00	19:45-20:45 keikoのポールトリック 21:00-22:00 ☆ロープマラカンブ/ LOVEポールマッスル (keiko)						

☆水曜日21:00のレッスンは第1水曜日は「ロープマラカンブ」、2週目以降は「LOVE! ポールマッスル」クラスとなります。

※「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。

※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。

★毎月第1水曜日★ 《インドの国技◎ロープマラカンブ》	肉体派★流しそうめん &フリーマーケット	¥500 体験レッスン
吊るされたロープ上で 3か°のポーズを決めていくインドの国技。 『ロープマラカンブ』通常レッスン! 9/4(水)、10/9(水)※第2水曜 21:00-22:00 会員4,000円 非会員5,000円	夏! 待望の流しそうめんを行います! あわせてポールダンス衣装&練習着フリーマーケットを開催します★ 8/24(土)12:00-16:00 入場料:1,000円 ※フリーマーケット出店無料 ※詳細はHPをご確認くださいませ!	8/12(月・祝)17:05-18:00 9/28(土)12:20-13:15 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