

# Studio Lycoris 3月スケジュール

	月	火	水	木	金	土	日			
9:00-12:00	<b>フリーポール</b> ¥1,200/1h1本 or <b>スタジオレンタル</b> ¥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)	<b>フリーポール</b> ¥1,200/1h1本 or <b>スタジオレンタル</b> ¥4000/1h 平日昼間2hパック¥5,000/2h 平日昼間3hパック¥6,000/3h		<b>スタジオレンタル</b> 午前パック¥6,000/3h				
12:00-13:00			12:05-13:15 スピニングポール 13:25-14:25 ポールダンス基礎 14:35-15:35 肉体改造ストレッチ 15:45-16:55 解明!ポールトリック (yamadori)							
13:00-14:00			<b>フリーポール</b> ¥1,200/1h1本 or <b>スタジオレンタル</b> ¥4,000/1h			<b>フリーポール</b> ¥1,200/1h1本 or <b>スタジオレンタル</b> ¥4,000/1h		17:00-19:00 ポール・スポーツ 練習会		
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 19:30-20:30 ポールダンス基礎 20:45-21:55 解明!ポールトリック (yamadori)	<b>フリーポール</b> ¥1,200/1h1本 or <b>スタジオレンタル</b> ¥4,000/1h	19:45-20:45 フェアリーポール 21:00-22:00 ☆ロープマラカンブ/ LOVEポールマッスル (keiko)	<b>スタジオレンタル</b> 【サービスパック】 土日夜間パック¥6,000/3h						
19:00-20:00	<b>フリーポール</b> ¥1,200/1h1本 or <b>スタジオレンタル</b> ¥4,000/1h									
20:00-21:00										
21:00-22:00										

☆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1回★ ロープマラカンブ	★特別WS★Symone★ Exotic Pole Workshop	X PERT FITNESS	発表会出演者募集開始! 『Lycoris Radiata vol.7』	ポール・スポーツ 練習会	¥500 体験レッスン
大人気! インドの国 技『ロープマラカン ブ』のレッスン! 3/4、4/1(水) 21:00-22:00 会員4,000円 非会員5,000円	世界中で指導をしてきたSymoneの エキゾチックポールWSを開催決定! オールレベル◎ 3/14(土) 19:00-20:30 『Symone Exotic Pole Workshop』 ¥7,000(会員) / ¥8000(非会員)	安全にポールダンスを 教えるためのインストラ クタートレーニング講座 3/14.15(土日) (両日9:00-17:00) Spinning pole	第6回スタジオ発表会出演者募集中! 日時: 2020/5/23(土) グループナンバーでの募集も◎ 講師への振付依頼をご希望の方はお早め にご相談ください★ 詳細はHP等でご確認ください!	ポール・スポーツの 練習会を開催中 毎週日曜日17:00- 19:00 会員¥1000 非会員¥2000 ※要予約	3/20金12:15-13:10 4/29水14:00-14:55 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