

Studio Lycoris 6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		10:15-11:30 ホール基礎α&ストレッチ 11:45-12:45 解明!ポールトリック (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			フリーポール ¥1,200/1h or スタジオレンタル ¥4,000/1h			12:15-13:15 ポールダンス基礎 13:30-14:30 解明!ポールトリック (yamadori)	14:45-116:00 『ストレッチ&筋トレ』 16:15-17:30 『スピニングポール』 (acha)		
13:00-14:00						フリーポール ¥1,200/1h 1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】 土日夜パック¥6,000/3h	
14:00-15:00									
15:00-16:00									
16:00-17:00									
17:00-18:00									
18:00-19:00	フリーポール ¥1,200/1h1本 or スタジオレンタル ¥4,000/1h	【第1・3・5火曜日】 18:30-19:30 キッズポールダンス	【第2火曜日】 18:30-19:30 ポールダンス基礎(y)	【第4火曜日】 18:00-19:00 キッズホールダンス(y)	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】 土日夜パック¥6,000/3h		
19:00-20:00	19:45-20:45 ポールダンス基礎	19:45-20:30 マットピラティス	19:15-20:30 フロア&ポールベーシック	19:45-20:45 keikoフェアリーポール					
20:00-21:00	21:00-22:00 解明!ポールトリック (yamadori)	20:45-22:00 バレエ入門 (Kami)	20:45-22:00 縦スプリットトリック強化 (KANAKO)	21:00-22:00 ☆ロープマラカンブ/ LOVEポールマッスル (keiko)					
21:00-22:00									

☆水曜日21:00のレッスンは第1水曜日のみ「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。

☆火曜日は週によりレッスンスケジュールが異なります。ご注意ください。

※「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。

※スタジオレンタル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。

！新レッスン登場！ 《レッスンスケジュール変更あります》	★第1水曜日★ ロープマラカンブ	☆¥500☆ ポールダンス 体験レッスン	☆大好評☆ 毎月テーマと先生が替わるレッスン！	パフォーマンスツール体験会 ★リコリス遊園地★
第2火曜日: Kami先生 『マットピラティス』『バレエ入門』 第4火曜日: KANAKO先生 『フロア&ポールベーシック』 『縦スプリットトリック強化レッスン』 ※詳細はブログ・HPをご覧ください☆	超レア☆インドの国技 のレッスンです◎ 6/1、7/6水 21:00-22:00 会員4,000円 非会員5,000円	6/18土 12:15-13:10 7/31日 16:00-16:55 どなたでも何度でも ご受講可能◎	6月: acha 『ストレッチ&筋トレ』『スピニングポール』 7月: AYANO 『Sensual Heel Choreo』 『Spinning Heel Choreo AYANO's style』 ※詳細はHP等でご確認ください。	リコリスで貸出可能な パフォーマンスツールを お試しできる体験会です◎ 会場: Studio Lycoris 日時: 6/18(土) 14-16時 参加費500円