

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		10:15-11:30 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 ¥1,200/1h1本 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)	スタジオレンタル 12:15-13:15 『ベースボディメイキング』 16:30-18:00 『エアリアルポール』 (ALK)									
13:00-14:00						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 13:30-14:30 解明!ポールトリック (yamadori)								
14:00-15:00									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 15:00-16:15 『ベースボディメイキング』 16:30-18:00 『エアリアルポール』 (ALK)						
15:00-16:00											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 16:30-18:00 『エアリアルポール』 (ALK)				
16:00-17:00													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 16:30-18:00 『エアリアルポール』 (ALK)		
17:00-18:00															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 16:30-18:00 『エアリアルポール』 (ALK)
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	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 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&ホールベーシック												
20:00-21:00		フリーポール ¥1,200/1h1本 or スタジオレンタル ¥4,000/1h	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 スタティックスピン& ハンスタ系強化 (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			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					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						

☆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。

10/15(土)! ポールダンス発表会 『Lycoris Radiata vol.10』出演者募集開始! 『Lycoris Radiata vol.10』 出演者募集中! 2022/10/15(土) レベル問わずどなたでも出演可能! インストラクタープロデュースナンバー 参加者も募集開始!! ※詳細はHP、ブログ等をご確認ください◎	★第1水曜日★ ロープマラカンブ 超レア種目☆インドの国技のレッスン! ぶら下げたロープ上でヨガのポーズをします☆ 8/3,9/7(毎月第1水曜日) 21:00-22:00 会員4,000円/非会員5,000円	☆¥500☆ ポールダンス 体験レッスン 8/27(土) 12:15-13:10 どなたでも何度でも ご受講可能◎	★大好評★ 毎月テーマと先生が替わるレッスン! 8月講師:ALK 8/7、14、21、28(日) 15:00-16:15『ベースボディメイキング』 会員3500円/非会員4500円 16:30-18:00『エアリアルポール』 会員4500円/非会員5500円 ※詳細はHP等でご確認ください。
---	---	---	---