

# ■ TIME TABLE | タイムテーブル | 高円寺スタジオ 2017年 11月1日～

|       | MON  | TUE  | WED   | THU  | FRI  | SAT   | SUN  |
|-------|--|--|---|--|--|---|--|
| 9:00  |  |  |   |  |  |   |  |
| 10:00 | <p>マンスリーパス購入者は、<br/>■・■のクラスは別途1レッスン1,500円がかかります。</p> <p>月20回のマンスリーチケット購入者は、<br/>■のクラスは1レッスン毎に2チケット消化致します。</p> <p>Kidsと一緒にご家族の方が参加される場合、<br/>ご家族お一人1,500円で受講していただけます。</p> |  |   |  |  | <p>新宿<br/>スポーツセンター</p> <p>10:30～<br/>11:30<br/>ローラースケート<br/>(MAKIKO)</p> <p>60min</p> |  |
| 11:00 |  |  |   |  |  |   |  |
| 12:00 |  |  |   |  |  |   | 発表会参加者のみ受講可  |
| 13:00 |  |  |   | <p>12:30～<br/>13:30<br/>バレースク(ダンス)<br/>(MAKIKO)</p> <p>60min</p>   |  | <p>13:20～<br/>14:20<br/>フロアボールダンス<br/>(MAKIKO)</p> <p>60min</p>                       | <p>12:30～<br/>14:00<br/>POLE DANCE<br/>発表会クラス(ほよまる)</p> <p>90min</p> |
| 14:00 |  |  |   | <p>13:40～<br/>14:40<br/>フロアボールダンス<br/>(MAKIKO)</p> <p>60min</p>    |  |   |  |
| 15:00 |  |  |   | <p>14:50～<br/>15:50<br/>ローラースケート<br/>入門(MAKIKO)</p> <p>60min</p>   | <p>14:00～<br/>15:30<br/>POLE DANCE<br/>ALLレベル(ほよまる)</p> <p>90min</p> | <p>14:30～<br/>15:20<br/>バレースクエクササイズ<br/>(MAKIKO)</p> <p>50min</p>                     | <p>14:30～<br/>15:30<br/>ローラースケート<br/>初級(MAKIKO)</p> <p>60min</p>     |
| 16:00 |  |  |   |  |  | <p>15:30～<br/>17:00<br/>POLE DANCE トリック<br/>ALLレベル(ほよまる)</p> <p>90min</p>             | <p>15:45～<br/>16:30<br/>はじめてのローラースケート<br/>(MAKIKO)</p> <p>45min</p>  |
| 17:00 |  |  |   |  |  |   | <p>16:40～<br/>17:40<br/>ROLLER POLE<br/>(MAKIKO)</p> <p>60min</p>    |
| 18:00 |  | <p>17:15～<br/>18:45<br/>POLE DANCE<br/>ALLレベル(ほよまる)</p> <p>90min</p> |   |  |  | <p>17:15～<br/>18:45<br/>POLE heel ムーブメント<br/>&amp; トリック(ほよまる)</p> <p>90min</p>        | <p>18:00～<br/>19:00<br/>ボールダンス<br/>初級(Gemma)</p> <p>60min</p>        |
| 19:00 | <p>19:00～<br/>20:00<br/>ボールダンス<br/>入門(Gemma)</p> <p>60min</p>  | <p>19:00～<br/>20:30<br/>POLE DANCE<br/>ALLレベル(ほよまる)</p> <p>90min</p> | <p>19:30～<br/>20:30<br/>バレースク(ダンス)<br/>(MAKIKO)</p> <p>60min</p>  | <p>19:00～<br/>20:00<br/>ボールダンス ボール<br/>ヒール(Gemma)</p> <p>60min</p> |  | <p>19:00～<br/>20:30<br/>メンズボール<br/>(ほよまる)</p> <p>90min</p>                            |  |
| 20:00 |  |  |   |  |  |   |  |
| 21:00 |  | <p>20:45～<br/>21:35<br/>バレースクエクササイズ<br/>(MAKIKO)</p> <p>50min</p>    | <p>20:45～<br/>21:30<br/>はじめてのボールダンス<br/>(MAKIKO)</p> <p>45min</p> |  |  |   |  |
| 22:00 |  | <p>21:45～<br/>22:35<br/>バレースク(ダンス)<br/>(MAKIKO)</p> <p>50min</p>     | <p>21:40～<br/>22:40<br/>フロアボールダンス<br/>(MAKIKO)</p> <p>60min</p>   |  |  |   |  |
| 23:00 |  |  |   |  |  |   |  |

|                           |                        |
|---------------------------|------------------------|
| 入会金                       | 5,000円(税込)             |
| 1 TICKET                  | 3,500円(税込)             |
| マンスリーチケット(全てのレッスンが受講可能です) | 追加1レッスン                |
| 月2回受講 (1レッスンあたり3000円)     | 6,000円(税込) 3,000円(税込)  |
| 月4回受講 (1レッスンあたり2500円)     | 10,000円(税込) 2,500円(税込) |
| 月8回受講 (1レッスンあたり2000円)     | 18,000円(税込) 2,250円(税込) |
| 月20回受講 (1レッスンあたり1000円)    | 22,000円(税込) 1,100円(税込) |
| マンスリーパス(白色のクラスのみ)*        | 18,000円(税込)            |
| 有料クラス受講料 / 1レッスン          | 1,500円(税込)             |
| ビジター / 1レッスン              | 4,500円(税込)             |



〒166-0011

東京都杉並区梅里1-5-7

☐ TEL | (03) 5934-7727 ☐ FAX | (03) 6765-7203

☐ MAIL | info@spiralmode.com

[www.spiralmode.com](http://www.spiralmode.com)

通常レッスンは1クラスのレッスン人数が限られてるので、メール又はお電話でのご予約が必要となります。  
info@spiralmode.com TEL (03) 5934-7727

空きがあれば、レッスンの直前までご予約を受け付けておりますが、  
基本的に、ご予約は前日の18:00までをお願いします。前日18:00以降は、ご予約が取りづらくなる場合があります。