

TIME TABLE | タイムテーブル |

高円寺スタジオ 2018年 1月1日～

	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN			
9:00										
10:00	12/29-1/3 休館 マンスリーパス購入者は、 ■・■のクラスは別途1レッスン1,500円がかかります。 月20回のマンスリーチケット購入者は、 ■のクラスは1レッスン毎に2チケット消化致します。 Kidsと一緒にご家族の方が参加される場合、 ご家族お一人1,500円で受講していただけます。					新宿 スポーツセンター 10:30～ 11:30 ローラースケートイング (MAKIKO) 60min				
11:00										
12:00										
13:00				12:30～ 13:30 バレク(ダンス) (MAKIKO) 60min		13:20～ 14:20 フロアボールダンス (MAKIKO) 60min				
14:00				13:40～ 14:40 フロアボールダンス (MAKIKO) 60min	14:00～ 15:30 POLE DANCE ALLレベル(ほよまる) 90min	14:30～ 15:20 バレクエクササイズ (MAKIKO) 50min	14:30～ 15:30 ローラードダンス 初級(MAKIKO) 60min			
15:00				14:50～ 15:50 ローラードダンス 入門(MAKIKO) 60min		15:30～ 17:00 POLE DANCE トリック ALLレベル(ほよまる) 90min	15:45～ 16:30 はじめてのローラードダンス (MAKIKO) 45min			
16:00							16:40～ 17:40 ROLLER POLE (MAKIKO) 60min			
17:00						17:15～ 18:45 POLE heel ムーブメント & トリック(ほよまる) 90min	第2第4 日曜日 16:40～ 17:40 ROLLER POLE (MAKIKO) 60min			
18:00	18:00～ 19:00 ボールダンス ホール ヒール(Gemma) 60min	17:15～ 18:45 POLE DANCE ALLレベル(ほよまる) 90min	ワークショップ 1/17(水) 1/24(水) ▼▼▼ 18:15～ 19:15 スピニングボール (Gemma) 60min							
19:00	19:00～ 20:00 ボールダンス 入門(Gemma) 60min	19:00～ 20:30 POLE DANCE ALLレベル(ほよまる) 90min	19:30～ 20:30 バレク(ダンス) (MAKIKO) 60min			19:00～ 20:30 メンズボール (ほよまる) 90min				
20:00	20:00～ 21:00 ボールダンス 初級(Gemma) 60min	20:45～ 21:35 バレクエクササイズ (MAKIKO) 50min	20:45～ 21:30 はじめてのボールダンス (MAKIKO) 45min							
21:00		21:45～ 22:35 バレク(ダンス) (MAKIKO) 50min	21:40～ 22:40 フロアボールダンス (MAKIKO) 60min							
22:00										
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

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。