



6月  
June

OASYM.全店舗

レッスン/レンタル

予約開始



RETREAT SALON  
OASYM.

# OASYM.青山一丁目店

## 6月スケジュール

月	火	水	木	金	土	日	日
					11:30-12:30 ポールのための 超基礎練(筋トレ)  TOMOKOS		11:30-12:30 ポールダンス 入門/初級 6,21 ASAKA
			13:00-14:15 スタティック 初級/初中級  EMIJAY	13:00-14:00 倒立系 トリック集中  EMIJAY	12:45-13:45 リクエストクラス (トリック、ムーブメ ント)  TOMOKOS	13:00-14:00 ポールのための 超基礎練(動作性) 6/14,28 TOMOKOS	12:45-14:00 スピニングポール 初中級 6月21日 ASAKA
		14:15-15:15 ポールダンス ヒール入門  EMIJAY	14:30-15:30 巻肩反り腰の方に オススメ!! 姿勢改善ヨガ  EMIJAY	14:15-15:30 アイソレーション &ポールコレオ  EMIJAY	14:00-15:15 スピニング 初級/初中級  MANABIN	14:15-15:45 呼吸+musicality WS 6/14 ヒール 6/28 裸足 TOMOKOS	14:15-15:30 センシユアル ポールダンス 6/7,21 ASAKA
19:30-20:45 スピニング 初級/初中級  WAKANA	19:30-20:30 ポールダンス 入門/初級  WAKANA	19:30-20:30 スピニング 入門/初級  Runa	19:45-20:45 ポールダンス フロアムーブ  MANABIN		15:30-16:30 ヒール& フロアムーブ 基礎入門  Yuki Nyx		15:45-16:45 コンディショニング ストレッチ 6/7,21 絢香
21:00-22:00 ハンスタ集中 6/8,22 ポールコレオ&トリック 6/1,15,29 WAKANA	20:45-22:00 スタティック 初中級  WAKANA	20:45-22:15 呼吸+musicality WS 6/10 裸足 6/24 ヒール TOMOKOS	21:00-22:00 スピニング 入門/初級  MANABIN		16:45-17:45 柔軟集中 ストレッチ  Yuki Nyx		17:00-18:15 ポールダンスお悩み 解決クラス 6/7,21 絢香

### 特別プログラム

Jenny	6/3(水)	19:30-21:00 COMBO CREATION LAB
Sita	6/7(日)	10:30-12:00 Pole Flexibility 12:15-13:45 Old School Flow

### 休講

Runa	6/3(水)	19:30-20:30 スピニング入門/初級
TOMOKOS	6/6(土)	11:30-12:30 ポールのための超基礎(筋トレ) 12:45-13:45 リクエストクラス
Close	6/5(金)	AM9:30-11:00 設備点検のため



# OASYM.三軒茶屋店

## 6月スケジュール

月	火	水	木	金	土	日
13:00-14:00 魅せる スピニングポール (ヒールも可) AkiBerry	13:00-14:00 ポールダンス 体験/入門 AkiBerry	13:00-14:00 ポールダンス 入門/初級 Runa	13:00-14:00 ポールダンス 入門/初級 ASAKA	13:00-14:15 スピニング 初級/初中級 Runa	14:30-15:30 ポールダンス 体験/入門 ASAKA	11:45-13:00 スピニングフロー YOU
14:15-15:30 スタティックポール 初級/初中級 AkiBerry	14:15-15:15 ポールダンス ヒール入門 AkiBerry	14:15-15:15 魅せる スピニングポール (ヒールも可) Runa	14:15-15:15 魅せる スピニングポール (ヒールも可) ASAKA	14:30-15:30 筋膜リリース ストレッチ Runa	15:45-16:45 魅せる スピニングポール (ヒールも可) ASAKA	13:15-14:15 ポールダンス 体験/入門 YOU
		19:30-20:30 ポールダンス 入門/初級 6/17 EMIJAY 6/10.24 AkiBerry	19:30-20:30 柔軟集中ヨガ (全身) EMIJAY	19:45-20:45 ポールダンス ヒール入門 ASAKA	17:00-18:00 腸活アロマリラクゼー ション ストレッチ ASAKA	
		20:45-22:00 アイソレ&コレオ 6/17 EMIJAY スピニング初中級 6/10.24 AkiBerry	20:45-22:00 スタティックポール 初級/初中級 EMIJAY	21:00-22:00 美腸キャンドル ストレッチ ASAKA		

### 代講

ASAKA→EMIJAY	6/13(土)	14:30-15:30 ポールダンス体験/入門	15:45-16:45 倒立系トリック集中	17:00-18:00 柔軟集中
AkiBerry→EMIJAY	6/8(月)	13:00-14:00 ポールダンスヒール入門	14:15-15:15 スタティックポール初級.初中級	
AkiBerry→EMIJAY	6/9(火)	13:00-14:00 ポールダンス体験/入門	14:15-15:15 ポールダンスヒール入門	

### 休講

YOU	6/7(日)	11:45-13:00 スピニングフロー	13:15-14:15 ポール入門&初級
EMIJAY	6/3(水)	19:30-20:30 ポールダンス入門/初級	20:45-22:00 アイソレ&コレオ