

# X-LabオンラインレッスンSTART!!

COVID-19感染拡大に伴い、営業を自粛してまいりました。  
会員の皆様には多大なるご理解とご協力を賜りました事を心より感謝いたします。  
X-Labのオンラインレッスンは、通常のレッスンをカメラで撮影しております。  
カメラに向かって先生からの問いかけなどは特にございません。

## 受講までの流れ

1

**Zoomのアプリをインストール**



2

**受きたいレッスンを予約**

※予約後ご予約フォーム内にて事前精算をお願いします



3

**前日にクラス参加用URLがメールで届く**



4

**レッスン時間になったら配信されたURLで入室して待機→  
時間になりましたらX-Labから入室承認をします**



5

**レッスン開始!!  
→生配信のダンスレッスンで楽しく汗をかきましょう**

### 注意事項

- ・Zoomにログイン後、生徒の皆さんはミュートをお願いします
- ・画面のオン/オフはどちらでもOKです
- ・オンラインレッスンの画面の撮影や録画、先生が踊っている振付動画を転送することは禁止とさせていただきます
- ・レッスンを受けてる自分を撮影するのはOKですので、スタジオや先生をタグ付けしてSNSに投稿していただくと嬉しいです

	Mon		Tue		Wed		Thu		Fri		Sat		Sun	
	Ast	Bst	Ast	Bst	Ast	Bst	Ast	Bst	Ast	Bst	Ast	Bst	Ast	Bst
10:00														
11:00														
12:00														
13:00									週替わり フィットネス Yukapiss					
14:00											CHEER 小学生 WAKANA			
15:00			JAZZ 大人クラス (中学生以上) Maki								BALLET 小学生 / 中学生 衣世			
16:00											テーマパーク 小学生 WAKANA	GIRLS HIPHOP 小学生 AIRI		
17:00										幼児ダンス 3-5歳 Yukapiss	HIPHOP 大人クラス (中学生以上) KONARI			
18:00			HIPHOP 小学生 JUN		JAZZ 小学生 AKKO		GIRLS HIPHOP 大人クラス (中学生以上) AIKO	HIPHOP 小学生 AIRI		R&B/HIPHOP 大人クラス (中学生以上) TINA	HIPHOP 大人クラス (中学生以上) JUN			
19:00	K-POP 小学生 Shion		BREAKIN 小学生 / 中学生 YUUKI	BTS 小学生 mea	K-POP 大人クラス (中学生以上) Shion		J-POP 小学生 DAIKI MOTOTSUGU	IDOL 小中高高校生 斎藤 めぐ		HIPHOP 大人クラス (中学生以上) MIU	GIRLS HIPHOP 大人クラス (中学生以上) ASUKA			
20:00	K-POP 大人クラス (中学生以上) Miu		HIPHOP 大人クラス (中学生以上) JUN		JAZZ 大人クラス (中学生以上) 奈菜		R&B 大人クラス (中学生以上) Rapha		K-POP 大人クラス (中学生以上) Shinya		K-POP 大人クラス (中学生以上) miu			
21:00	GIRLS HIPHOP 大人クラス (中学生以上) NANAKO		K-POP 大人クラス (中学生以上) mea		GIRLS HIPHOP 大人クラス (中学生以上) AIKO		JAZZ 大人クラス (中学生以上) Maki		R&B 大人クラス (中学生以上) HIBIKI		JAZZ FUNK/JAZZ HIPHOP 大人クラス (中学生以上) tomoka			
22:00					Reggae 大人クラス (中学生以上) Chen									
23:00	HIPPOP 大人クラス (中学生以上) AGATCH													

女性限定	男女	女性・ミセス
インストラクター	インストラクター	インストラクター