

# 2016年 夏季短縮営業プログラム LEALEA&AURASPA本牧店

	8/10水	8/11木		8/12金		8/13土	8/14日	8/15月	8/16火		8/17水		8/18木		8/19金
	通常営業 10:00-22:00	短縮営業 10:00~17:00		短縮営業 10:00~17:00					短縮営業 10:00~17:00		短縮営業 10:00~17:00		短縮営業 10:00~17:00		通常営業 10:00-22:00
		スタジオ	AURA スタジオ	スタジオ	AURA スタジオ				スタジオ	AURA スタジオ	スタジオ	AURA スタジオ	スタジオ	AURA スタジオ	
1000		1000 OPEN		1000 OPEN					1000 OPEN		1000 OPEN		1000 OPEN		
1100		10:15~11:00 気功体操 福貴	ビューティー フォロー 10:30~11:15 アクティブ ヨガ 赤杖	10:15~11:00 全身シェイプ 横山 実季					10:15~11:15 ストレッチ &ウォーク 赤杖	ビューティー フォロー 10:30~11:15 ベーシック ヨガ 永野	10:30~11:30 スローフロー yoga 山坂	ビューティー フォロー 10:30~11:15 ムーン サイクルヨガ 直谷	10:15~11:00 気功体操 福貴	ビューティー フォロー 10:30~11:15 アクティブ ヨガ 安藤	
1200		11:15~12:15 ルーシー ダットン (タイマヨガ) 西田	ビューティー フォロー 11:45~12:30 ヨガ 尾井		11:30~12:15 オーラ ストレッチ 横山 実季			11:45~12:30 ポティ ワークアウト 塚谷	ビューティー フォロー 12:00~12:45 ヨガ 永野	11:45~12:45 初中级 エアロ 越後	ビューティー フォロー 12:00~12:45 オーラ ストレッチ 横山 唯	11:15~12:15 ルーシー ダットン (タイマヨガ) 西田	ビューティー フォロー 11:45~12:30 ヨガ 尾井		
1300	通常営業	12:30~13:30 ポティ シェイプ 赤杖	ビューティー フォロー 13:30~14:15 ベーシック ヨガ アヤカ	11:45~12:45 ZUMBA 木上	12:45~13:30 ベーシック ヨガ 野口		特別休館日		13:00~13:30 背筋ピン 塚谷		13:00~13:30 ストレッチボール 塚谷	12:30~13:30 ポティ シェイプ 赤杖	ビューティー フォロー 13:30~14:15 ベーシック ヨガ アヤカ		
1400				13:00~14:00 ハタyoga 木上			特別休館日		13:45~14:45 フラダンス 末広	ビューティー フォロー 14:30~15:15 オーラ ストレッチ 横山 唯	13:45~14:45 リラックス yoga 櫻井	ビューティー フォロー 14:00~14:45 オーラヨガ 横山 唯			
1500		15:00~16:00 yoga アヤカ	15:00~16:00 溶岩ストレッチ (映像レッスン)	14:15~15:00 オーラ ストレッチ 菊池			休館日		15:00~16:00 足つぼ& ストレッチボール 三浦			ビューティー フォロー 15:45~16:30 ベーシック ヨガ 山坂	15:00~16:00 yoga アヤカ	15:00~16:00 溶岩ストレッチ (映像レッスン)	
1600				15:30~16:30 溶岩ストレッチ (映像レッスン)											
1700		17:00CLOSE		17:00CLOSE					17:00CLOSE		17:00CLOSE		17:00CLOSE		
1800															

