

# ●●年末年始レッスンスケジュール●●

※12月31～1月3日は年末年始休館日 12月29,30,1月4日は短縮営業10:00～21:00

12月29日(木)		12月30日(金)		12月31日(土)		1月1日(日)		1月2日(月)		1月3日(火)		1月4日(水)									
スタジオ	AURA	スタジオ	AURA	スタジオ	AURA	スタジオ	AURA	スタジオ	AURA	スタジオ	AURA	スタジオ	AURA								
有料イベントレッスン 事前にお申込みが必要となります。				<h2>年末年始休館日</h2>		<h2>年末年始休館日</h2>		<h2>年末年始休館日</h2>		<h2>年末年始休館日</h2>											
10:30～12:00 ★バレエスクール 90 (藤原)	10:30～12:00 『年忘れ！ 太陽礼拝108回』 (真希) ※常温設定	10:00～11:30 ★Bidy Tune Up (有元)	10:25～11:10 ルーシーダットン (西田)♪♪																	10:25～11:25 リズムフローヨガ (SHIMA)♪♪♪	
		11:45～12:30 ファンクショナル エクササイズ(有元)	11:30～12:15 ベーシックヨガ (CHIZURU)♪♪																	11:30～12:00 全身シェイプ (河原)	11:45～12:45 リズムフローヨガ (SHIMA)♪♪♪
	12:20～14:10 溶岩タイム		12:35～14:10 溶岩タイム																	12:45～13:45 ★アドバンス ピラティススクール (有元)	13:05～14:10 溶岩タイム
	14:30～15:15 ベーシックヨガ (清田)♪♪		14:30～15:15 骨盤リセット (清田)♪																	14:00～15:30 ★フラヨガダンス スクール90 (有元)	14:30～15:15 ベーシックヨガ (河原)♪♪
15:00～16:00 ★機能改善 スクール (熊澤)			15:35～16:10 溶岩タイム																		15:35～16:10 溶岩タイム
16:00～16:30 全身シェイプ (熊澤)	15:35～16:50 溶岩タイム		16:30～17:30 ヨガ60 (Shiaki)♪♪♪																		16:30～17:15 ピラティス (有元)♪♪♪
16:30～17:00 ストレッチ (熊澤)			17:50～18:55 溶岩タイム																		17:35～19:10 溶岩タイム
	17:10～17:55 オーラヨガ (河原)♪																			19:00～19:15 サーキット	
18:45～19:15 fight (熊澤)	18:25～19:10 オーラピラティス (小林)♪♪		19:15～20:15 ストレッチ60 (有元)♪♪																19:15～19:45 ファンクショナル エクササイズ(有元)		19:35～20:20 オーラストレッチ (吉田)♪
19:30～20:30 ★バイパー スクール (熊澤)	19:30～20:15 ヨガ45 (rummy)♪																		19:45～20:45 ★フラヨガダンス スクール (有元)		

※★マークのレッスンは、有料の登録制スクールです。月4回となります。5週目がある月はお休みとなります。  
1月5日以降は通常営業となります。