

●● フロアレッスン&スクール・スケジュール ●● 2018.1月(12/26更新)

● 12/30(土)~1/3(水)は休館日とさせていただきます。1/4(木)より通常営業です。

月		火		水		木		金		土		日		
スタジオ	メイクシエフ	スタジオ	メイクシエフ	スタジオ	メイクシエフ	スタジオ	メイクシエフ	スタジオ	メイクシエフ	スタジオ	メイクシエフ	スタジオ	メイクシエフ	
		10:30~11:30 ヒップホップ ダンススクール (KNG) ★		11:15~11:30 Sサーキット		11:00~12:30 バレエスクール 90 (藤岡) ★		10:30~11:30 体質改善 スクール (有元) ★	10:30~11:30 食べ痩せ ダイエット スクール (小宮) ★	10:30~11:30 ランニング スクール (前田) ★	9:20~10:20 ヨガ スクール (龍崎) ★	9:00~10:30 ランニング スクール (福島) ★		
11:30~11:50 ボディ・リセット (柳)		11:45~12:05 ボディ・リセット (岸)		11:30~12:00 ストレッチ (岸)				11:45~12:00 太極気功		11:45~12:15 サーキット レッスン		11:30~11:45 Sサーキット		
11:50~12:05 Sサーキット		12:30~13:30 レアフィット (前田) ★						12:00~12:30 リズム(前田)				11:45~12:15 ストレッチ (松本)		
★		13:30~14:30 食べ痩せ ダイエット スクール (小宮) ★	★	14:00~15:30 フラヨガダンス スクール90 (有元) ★						13:00~14:00 タヒチアン ダンス (柳) ★	★	13:30~14:30 食べ痩せ ダイエット スクール (小宮) ★		
13:45~14:45 サルサ・ラテン ミックススクール (Billy Santos)						15:00~16:00 体質改善 スクール (福島) ★				15:00~15:15 太極気功			15:15~15:45 ボディシェイプ (畠山) ★	時間変更
		16:00~16:30 バレエコンディショ ニング(松本)				16:00~16:30 ボディシェイプ (畠山)		15:45~16:15 ストレッチ (岸)		15:15~15:45 ストレッチ(前田)				
15:15~16:15 ピラティス スクール (渡辺) ★		★				17:00~17:30 ストレッチ (岸)				16:00~17:00 体質改善 スクール (前田) ★				
		18:15~19:15 レアフィット (龍崎)												
		19:00~20:00 ベリー ダンス スクール (TSUKI) ★		19:00~19:15 Sサーキット		19:00~19:20 ストレッチ(高野)		19:00~19:25 バレエ コンディショニング				18:40~19:00 ボディ・リセット (高野)	18:25~18:45 ボディ・リセット	
19:00~19:30 ボディシェイプ (服部)				19:15~19:45 ファンクショナル エクササイズ(有元)				19:30~20:30 食べ痩せ ダイエット スクール (小宮) ★	★	19:30~21:00 ランニング スクール (畠山) ★		18:45~19:00 Sサーキット		
19:30~20:30 体質改善 スクール (前田) ★		20:30~21:30 体質改善 スクール (松本) ★	時間変更	20:00~20:45 フラヨガ (有元)										
20:40~21:40 はじめてバレエ スクール (藤岡) ★														

※ ★ マークのレッスンは、有料の登録制スクールです

●● AURA SPA 溶岩スタジオ・プログラム ●● 2018年1月(12/26更新)

● 12/30(土)~1/3(水)は休館日とさせていただきます。1/4(木)より通常営業です。

月		火		水		木		金		土		日	
溶岩	プラスビューティ	溶岩	プラスビューティ	溶岩	プラスビューティ	溶岩	プラスビューティ	溶岩	プラスビューティ	溶岩	プラスビューティ	溶岩	プラスビューティ
										ビューティーフォロー	★ 9:55-10:25 スタートアップ ヨガスクール (龍崎)	ビューティーフォロー	
ビューティーフォロー		ビューティーフォロー		ビューティーフォロー		ビューティーフォロー		ビューティーフォロー		9:25~10:25 ベーシックヨガ60 (真希) ♪♪		9:25~10:25 アクティブヨガ 60 (真希) ♪♪♪	変更
10:25~11:25 アクティブヨガ 60 (永野) ♪♪♪	変更	10:25~11:10 オーラヨガ (齋能) ♪		10:25~11:10 ベーシックヨガ (HARU) ♪♪		10:25~11:10 ピラティス (原口) ♪♪		10:25~11:10 ルーシーダットン (西田) ♪♪		ビューティーフォロー		10:45~11:30 オーラヨガ (龍崎) ♪	
		ビューティーフォロー				ビューティーフォロー				10:45~11:30 オーラヨガ (龍崎) ♪		ビューティーフォロー	
	変更	11:30~12:15 ストレッチ (有元) ♪♪				11:30~12:30 ヨガ60 (AIKA) ♪♪♪	変更			ビューティーフォロー		11:50~12:35 オーラストレッチ (高野) ♪	
11:45~13:00 溶岩タイム				11:30~13:10 溶岩タイム				11:30~13:10 溶岩タイム					
						ビューティーフォロー							
	変更	12:35~14:10 溶岩タイム		ビューティーフォロー		13:00~14:00 ベーシックヨガ60 (MIKI) ♪♪		ビューティーフォロー				12:55~13:55 溶岩タイム	
13:20~14:10 溶岩タイム				13:30~14:30 ヨガ60 (TOMOKO) ♪♪				13:30~14:15 オーラヨガ (済田) ♪					
		ビューティーフォロー										ビューティーフォロー	
14:30~15:15 オーラヨガ (済田) ♪		14:30~15:15 ベーシックヨガ (安田) ♪♪		14:50~15:10 溶岩タイム	NEW	14:20~15:20 溶岩タイム		14:35~15:30 溶岩タイム				14:15~15:15 ヨガ 60 (永野) ♪♪	時間 変更
				ビューティーフォロー								15:05~15:25 溶岩タイム	NEW
		15:35~16:45 溶岩タイム		15:30~16:15 ベーシックヨガ (安田) ♪♪		15:40~16:40 溶岩タイム		15:50~16:45 溶岩タイム				ビューティーフォロー	
15:35~17:20 溶岩タイム				15:35~16:15 ベーシックヨガ (安田) ♪♪								15:45~16:45 ヨガ 60 (永野) ♪♪	時間 変更
		17:05~18:05 溶岩タイム		16:35~18:05 溶岩タイム		17:00~17:55 溶岩タイム		17:05~18:05 溶岩タイム				15:35~16:10 溶岩タイム	NEW
		ビューティーフォロー		ビューティーフォロー		ビューティーフォロー		ビューティーフォロー				16:30~17:15 ベーシックヨガ (HARU) ♪♪	
		18:25~19:10 オーラピラティス (有元) ♪♪		18:25~19:10 オーラヨガ (龍崎) ♪		18:15~19:00 ベーシックヨガ (齋能) ♪♪		18:25~19:10 オーラストレッチ (小宮) ♪				ビューティーフォロー	
17:40~19:10 溶岩タイム				18:25~19:10 オーラヨガ (龍崎) ♪		19:20~20:20 ベーシックヨガ60 (KANA) ♪♪		17:05~18:05 溶岩タイム				17:35~19:15 溶岩タイム	
		19:30~20:15 オーラストレッチ (有元) ♪	★ 19:45-20:15 スタートアップ ヨガスクール (龍崎)	ビューティーフォロー		19:30~20:15 ピラティス (原口) ♪♪		19:30~20:15 オーラヨガ (有元) ♪		★ 19:45-20:15 スタートアップ ヨガスクール (Kumi)			
ビューティーフォロー		ビューティーフォロー		ビューティーフォロー		ビューティーフォロー		ビューティーフォロー				19:30~20:15 溶岩タイム	
19:30~20:15 オーラストレッチ (有元) ♪		19:30~20:15 ベーシックヨガ (HARU) ♪♪		19:30~20:15 ピラティス (原口) ♪♪		19:20~20:20 ベーシックヨガ60 (KANA) ♪♪		19:30~20:15 オーラヨガ (有元) ♪					17:05~17:50 溶岩タイム
		ビューティーフォロー		ビューティーフォロー		ビューティーフォロー		ビューティーフォロー					18:10~19:00 溶岩タイム
20:35~21:20 オーラヨガ (済田) ♪		20:35~21:20 オーラヨガ (龍崎) ♪		20:35~21:20 オーラヨガ (済田) ♪		20:40~21:25 オーラヨガ (HARU) ♪		20:35~21:20 ベーシックヨガ (Kumi) ♪♪					19:20~20:15 溶岩タイム
													時間 変更
21:40~22:15 溶岩タイム		21:40~22:15 溶岩タイム		21:40~22:15 溶岩タイム		21:45~22:15 溶岩タイム		21:40~22:15 溶岩タイム					

※インストラクターレッスンの運動強度は、♪の数が増えるほど高くなります
 ※ビューティーフォロー(登録無料):インストラクターによる目的達成のサポート時間です(定員)
 レッソンのスタート開始時間15分前前から行います
 ※インストラクターのレッスンは急な代行や代替がある為、店内のオーラ掲示板にある代行休講
 のご案内 または WEBの店舗からのお知らせ にて確認してからご予約をお願い致します
 ※インストラクターレッスンのみWEBからのご予約が必要となります
 ※スタートアップヨガスクールは有料の登録制スクールで、プラスビューティスタジオで行います

●● フロアレッスン&スクール・スケジュール ●● 2018.2月

月		火		水		木		金		土		日	
スタジオ	メイクシエフ	スタジオ	メイクシエフ	スタジオ	メイクシエフ	スタジオ	メイクシエフ	スタジオ	メイクシエフ	スタジオ	メイクシエフ	スタジオ	メイクシエフ
		★ 10:30~11:30 ヒップホップ ダンススクール (KNG)						★ 10:30~11:30 体質改善 スクール (有元)	★ 10:30~11:30 食べ痩せ ダイエット スクール (小宮)	★ 10:30~11:30 アンチ エイジング スクール (前田)	★ 10:30~11:30 ランニング スクール (前田)	★ 9:20~10:20 ヨガ スクール (龍崎)	★ 9:00~10:30 ラン ニング スクール (福島)
11:30~11:50 ボディ・リセット (柳)		11:45~12:05 ボディ・リセット (岸)		11:15~11:30 Sサーキット		11:00~12:30 バレエスクール 90 (藤岡)		11:45~12:00 太極気功		11:45~12:15 サーキット レッスン		11:30~11:45 Sサーキット	11:45~12:15 ストレッチ (松本)
11:50~12:05 Sサーキット		12:30~13:30 レアフィット (前田)	★ 13:30~14:30 食べ痩せ ダイエット スクール (小宮)	14:00~15:30 フラヨガダンス スクール90 (有元)		★ 15:00~16:00 体質改善 スクール (福島)		15:45~16:15 ストレッチ (岸)		15:00~15:15 太極気功		15:05~15:35 ボディシェイプ (畠山)	15:15~15:45 ストレッチ (前田)
★ 13:45~14:45 サルサ・ラテン ミックススクール (Billy Santos)		★ 18:15~19:15 レアフィット (龍崎)		★ 19:00~19:15 Sサーキット		★ 16:00~16:30 ボディシェイプ (畠山)		17:00~17:30 ストレッチ (岸)		★ 16:00~17:00 体質改善 スクール (前田)		18:25~18:45 ボディ・リセット	18:45~19:00 Sサーキット
15:15~16:15 ピラティス スクール (渡辺)		19:00~20:00 ベリー ダンス スクール (TSUKI)		19:15~19:45 ファンクショナル エクササイズ(有元)		17:00~17:30 ストレッチ (岸)		19:00~19:25 バレエ コンディショニング	★ 19:30~20:30 食べ痩せ ダイエット スクール (小宮)	★ 19:30~20:30 バレエ スクール (春風)	★ 19:30~21:00 ラン ニング スクール (畠山)		
★ 19:00~19:30 ボディシェイプ (高野)	変更	20:30~21:30 体質改善 スクール (松本)		20:00~20:45 フラヨガ (有元)		★ 19:00~19:20 ストレッチ (高野)							
★ 19:30~20:30 体質改善 スクール (前田)													
★ 20:40~21:40 はじめてバレエ スクール (藤岡)													

※ ★ マークのレッスンは、有料の登録制スクールです

●● AURA SPA 溶岩スタジオ・プログラム ●● 2018年2月

月		火		水		木		金		土		日		
溶岩	プラスビューティ	溶岩	プラスビューティ	溶岩	プラスビューティ	溶岩	プラスビューティ	溶岩	プラスビューティ	溶岩	プラスビューティ	溶岩	プラスビューティ	
										ビューティーフォロー	★ 9:55-10:25 スタートアップ ヨガスクール (龍崎)	ビューティーフォロー		
ビューティーフォロー		ビューティーフォロー		ビューティーフォロー		ビューティーフォロー		ビューティーフォロー		9:25~10:25 ベーシックヨガ60 (真希) ♪♪		9:25~10:25 アクティブヨガ 60 (調整中) ♪♪♪		
10:25~11:25 アクティブヨガ 60 (永野) ♪♪♪		10:25~11:10 オーラヨガ (齋能) ♪		10:25~11:10 ベーシックヨガ (HARU) ♪♪		10:25~11:10 ピラティス (原口) ♪♪		10:25~11:10 ルーシーダットン (西田) ♪♪		ビューティーフォロー		ビューティーフォロー		
		ビューティーフォロー				ビューティーフォロー				10:45~11:30 オーラヨガ (龍崎) ♪		10:45~11:30 ベーシックヨガ (龍崎) ♪♪		
11:45~13:00 溶岩タイム		11:30~12:15 ストレッチ (有元) ♪♪		11:30~13:10 溶岩タイム		11:30~12:30 ヨガ60 (AIKA) ♪♪♪		11:30~13:10 溶岩タイム		ビューティーフォロー				
										11:50~12:35 オーラストレッチ (高野) ♪		11:50~13:40 溶岩タイム		
		12:35~14:10 溶岩タイム				ビューティーフォロー		ビューティーフォロー						
13:20~14:10 溶岩タイム				13:30~14:30 ヨガ60 (TOMOKO) ♪♪♪		13:00~14:00 ベーシックヨガ60 (MIKI) ♪♪		13:30~14:15 オーラヨガ (済田) ♪		12:55~13:55 溶岩タイム		ビューティーフォロー		
ビューティーフォロー		ビューティーフォロー								ビューティーフォロー		14:00~14:45 ルーシーダットン (西田) ♪♪		
14:30~15:15 オーラヨガ (済田) ♪		14:30~15:15 ベーシックヨガ (安田) ♪♪		14:50~15:10 溶岩タイム		14:20~15:20 溶岩タイム		14:35~15:30 溶岩タイム		14:15~15:15 ヨガ 60 (永野) ♪♪♪				
				ビューティーフォロー								15:05~15:25 溶岩タイム		
15:35~17:20 溶岩タイム		15:35~16:45 溶岩タイム		15:30~16:15 ベーシックヨガ (龍崎) ♪♪	変更	15:40~16:40 溶岩タイム		15:50~16:45 溶岩タイム		15:35~16:10 溶岩タイム		ビューティーフォロー		
										ビューティーフォロー		15:45~16:45 ヨガ 60 (永野) ♪♪♪		
		17:05~18:05 溶岩タイム		16:35~18:05 溶岩タイム		17:00~17:55 溶岩タイム		17:05~18:05 溶岩タイム					17:05~17:50 溶岩タイム	
17:40~19:10 溶岩タイム		ビューティーフォロー		ビューティーフォロー		ビューティーフォロー		ビューティーフォロー		17:35~19:15 溶岩タイム				
ビューティーフォロー		18:25~19:10 オーラピラティス (有元) ♪♪		18:25~19:10 オーラヨガ (龍崎) ♪		18:15~19:00 ベーシックヨガ (齋能) ♪♪		18:25~19:10 オーラストレッチ (小宮) ♪				18:10~19:00 溶岩タイム		
19:30~20:15 オーラストレッチ (有元) ♪		ビューティーフォロー	★ 19:45-20:15 スタートアップ ヨガスクール (龍崎)	ビューティーフォロー		19:20~20:20 ベーシックヨガ60 (KANA) ♪♪		19:30~20:15 オーラヨガ (有元) ♪	★ 19:45-20:15 スタートアップ ヨガスクール (Kumi)	19:30~20:15 溶岩タイム		19:20~20:15 溶岩タイム		
ビューティーフォロー		19:30~20:15 ベーシックヨガ (HARU) ♪♪		19:30~20:15 ピラティス (原口) ♪♪				ビューティーフォロー						
20:35~21:20 オーラヨガ (済田) ♪		ビューティーフォロー		20:35~21:20 オーラヨガ (済田) ♪		ビューティーフォロー		20:35~21:20 ベーシックヨガ (Kumi) ♪♪						
21:40~22:15 溶岩タイム		21:40~22:15 溶岩タイム		21:40~22:15 溶岩タイム		21:45~22:15 溶岩タイム		21:40~22:15 溶岩タイム						

変更(担当調整中)

※インストラクターレッスンの運動強度は、♪の数が増えるほど高くなります
 ※ビューティーフォロー(登録無料):インストラクターによる目的達成のサポート時間です(定員)
 レッソンのスタート開始時間15分前からです
 ※インストラクターのレッスンは急な代行や代替がある為、店内のオーラ掲示板にある代行休講
 のご案内 または WEBの店舗からのお知らせ にて確認してからご予約をお願い致します
 ※インストラクターレッスンのみWEBからのご予約が必要となります
 ※スタートアップヨガスクールは有料の登録制スクールで、プラスビューティスタジオで行います