

●●フロアレッスン&スクール・スケジュール ●● 2018.5月

※ 木曜15:00~の体質改善スクールは変更の可能性がございます

月		火		水		木		金		土		日	
スタジオ	メイクシェイプ	スタジオ	メイクシェイプ	スタジオ	メイクシェイプ	スタジオ	メイクシェイプ	スタジオ	メイクシェイプ	スタジオ	メイクシェイプ	スタジオ	メイクシェイプ
													9:00~10:30 ランニング スクール (前田)★
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)★		10:30~11:30 体質改善 スクール (有元)★		10:30~11:30 アンチ エイジング (済田)★	10:15~11:30 ランニング スクール (前田)★		9:20~10:20 ヨガ スクール (龍崎)★
11:50~12:05 Sサーキット				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
★		12:30~13:30 パイパー スクール (前田)★		12:30~13:30 ヒップホップ ダンススクール (KNG)★				12:00~12:30 リズム(前田)					11:45~12:15 ストレッチ (松本)
13:45~14:45 サルサ・ラテン ミックススクール (Billy Santos)				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)★			13:00~14:00 パイパー スクール (松本)★
						15:00~16:00 体質改善 スクール (島山)★				15:00~15:15 太極気功			15:05~15:35 ボディシェイプ (島山)
15:15~16:15 ピラティス スクール (渡辺)★		16:00~16:30 ストレッチ (松本)				16:00~16:30 ボディシェイプ (島山)		15:45~16:15 ストレッチ (岸)		15:15~15:45 ストレッチ (前田)			
	変更	★				17:00~17:30 ストレッチ (高野)				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)					変更						
				19:00~19:15 Sサーキット				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 (高野)		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)				19:30~20:30 パイパー スクール (島山)★		19:00~19:15 Sサーキット			18:45~19:00 Sサーキット
19:30~20:30 体質改善 スクール (前田)★				20:00~20:45 フラヨガ (有元)				★	19:30~21:00 ラン ニング スクール (島山)★				
20:40~21:40 はじめてバレエ スクール (藤岡)★		20:30~21:30 体質改善 スクール (松本)											

※ ★ 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 & スクール・スケジュール ●● 2018年5月

※アドバンススクールは一部変更の可能性がございます

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		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 ヨガ 60 (真希) ♪♪♪	★ 9:55~10:25 ステップアップ ヨガスクール (龍崎)	9:25~10:25 アクティブヨガ 60 (Rumi) ♪♪♪	★ 9:45~10:45 アドバンス ピラティス スクール (有元)	
10:25~11:25 アクティブヨガ 60 (Rumi) ♪♪♪		10:25~11:10 ベーシックヨガ (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		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		
11:45~13:00 溶岩タイム		11:30~12:15 ストレッチ (有元) ♪♪		11:30~12:30 アクティブヨガ 60 (AIKA) ♪♪♪		11:30~12:30 ヨガ60 (AIKA) ♪♪♪	11:30~12:45 アドバンス ヨガ スクール (HIROMI)		11:30~13:10 溶岩タイム		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		12:50~13:10 溶岩タイム		12:50~14:10 溶岩タイム					12:45~14:00 アドバンス ヨガ スクール (HIROMI)			
13:20~14:10 溶岩タイム				ビューティーフォロー		13:30~14:30 ヨガ60 (TOMOKO) ♪♪♪			ビューティーフォロー		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	
14:30~15:15 オーラヨガ (済田) ♪		14:30~15:30 ヨガ 60 (KANA) ♪♪♪		14:50~16:10 溶岩タイム	変更	14:30~15:30 ヨガ 60 (MIKI) ♪♪♪					14:15~15:15 ヨガ 60 (済田) ♪♪♪		14:00~14:45 ルーシーダットン (西田) ♪♪	
													15:05~15:35 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		15:50~16:45 溶岩タイム		ビューティーフォロー		15:50~16:40 溶岩タイム							15:55~16:40 ベーシックヨガ (Eimi) ♪♪	★
16:30~17:15 ベーシックヨガ (Yuki) ♪♪				16:30~17:15 ベーシックヨガ (龍崎) ♪♪	変更									16:30~17:30 アドバンス ピラティス スクール (有元)
17:35~19:10 溶岩タイム		17:05~18:05 溶岩タイム		17:35~18:05 溶岩タイム	変更	17:00~17:55 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								
18:40~19:10 スタートアップ ヨガスクール (Kumi)	★	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) ♪♪								
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 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 ヨガ 60 (KANA) ♪♪♪								
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								
20:35~21:20 オーラヨガ (済田) ♪	★	20:35~21:20 オーラヨガ (龍崎) ♪		20:40~21:25 オーラヨガ (済田) ♪♪	変更	20:40~21:25 ベーシックヨガ (HARU) ♪♪								
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	変更	21:45~22:15 溶岩タイム								

※ ★ マークのレッスンは登録制の有料スクールです
 ※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
 ※溶岩レッスンの変更箇所には下線をひいてあります

●● AURA SPA 溶岩スタジオプログラム & スクール・スケジュール ●● 2018年6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		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 ヨガ 60 (真希) ♪♪♪	★ 9:55~10:25 ステップアップ ヨガスクール (龍崎)	9:25~10:25 アクティブヨガ 60 (Rumi) ♪♪♪	★ 9:45~10:45 アドバンス ピラティス スクール (有元)
10:25~11:25 アクティブヨガ 60 (Rumi) ♪♪♪		10:25~11:10 ベーシックヨガ (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		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	
11:45~13:00 溶岩タイム		11:30~12:15 ストレッチ (有元) ♪♪		11:30~12:30 アクティブヨガ 60 (AIKA) ♪♪♪		11:30~12:30 ヨガ60 (AIKA) ♪♪♪	11:30~12:45 アドバンス ヨガ スクール (HIROMI)	11:30~13:10 溶岩タイム		11:50~12:35 オーラストレッチ (高野) ♪	★		
				12:50~13:10 溶岩タイム		12:50~14:10 溶岩タイム				変更 12:55~13:40 溶岩タイム	12:45~14:00 アドバンス ヨガ スクール (HIROMI)	11:50~13:40 溶岩タイム	
13:20~14:10 溶岩タイム		12:35~14:10 溶岩タイム		ビューティーフォロー		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	
ビューティーフォロー		ビューティーフォロー								変更 14:00~15:00 ヨガ 60 (済田) ♪♪♪		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) ♪		14:30~15:30 ヨガ 60 (KANA) ♪♪♪				14:50~16:10 溶岩タイム		14:30~15:30 ヨガ 60 (MIKI) ♪♪♪					
								14:35~16:10 溶岩タイム		15:20~16:10 溶岩タイム		15:05~15:35 溶岩タイム	
15:35~16:10 溶岩タイム		15:50~16:45 溶岩タイム		ビューティーフォロー		15:50~16:40 溶岩タイム		15:50~16:40 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										16:30~17:15 ベーシックヨガ (HARU) ♪♪		15:55~16:40 ベーシックヨガ (Eimi) ♪♪	★
16:30~17:15 ベーシックヨガ (Yuki) ♪♪				17:35~18:05 溶岩タイム		17:00~17:55 溶岩タイム		16:30~17:30 ヨガ 60 (Yuki) ♪♪♪				16:30~17:30 アドバンス ピラティス スクール (有元)	
		17:05~18:05 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		17:50~18:55 溶岩タイム		17:35~19:15 溶岩タイム		17:00~17:50 溶岩タイム	
17:35~19:10 溶岩タイム	★ 18:40~19:10 スタートアップ ヨガスクール (Kumi)	ビューティーフォロー		18:25~19:10 オーラピラティス (有元) ♪♪	★ 19:45~20:15 ステップアップ ヨガスクール (龍崎)	18:15~19:00 ベーシックヨガ (齋能) ♪♪		17:50~18:55 溶岩タイム				18:10~19:00 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		19:15~20:15 ストレッチ 60 (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			
19:30~20:15 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 (Kumi)	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 ヨガ 60 (KANA) ♪♪♪		ビューティーフォロー				19:20~20:15 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				20:35~21:20 ベーシックヨガ (Kumi) ♪♪					
20:35~21:20 オーラヨガ (済田) ♪	★ 19:45~20:15 スタートアップ ヨガスクール (Kumi)	20:35~21:20 オーラヨガ (龍崎) ♪		20:40~21:25 オーラヨガ (済田) ♪		20:40~21:25 ベーシックヨガ (HARU) ♪♪		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		21:45~22:15 溶岩タイム							

※ ★ マークのレッスンは登録制の有料スクールです
 ※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)
 ※レッス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
 ※溶岩レッスンの変更箇所には下線をひいてあります