

●●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(金)		12月30日(土)		12月31日(日)		1月1日(月)		1月2日(火)		1月3日(水)		1月4日(木)	
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
			9:25～10:25 ヨガ60 (浜崎)♪♪♪										
10:00～11:30 ★Bidy Tune Up スクール (有元)	10:25～11:10 ルーシーダットン (西田)♪♪		10:45～11:30 オーラヨガ (浜崎)♪										10:25～11:10 ヨガ45 (Kumi)♪♪♪
11:30～11:45 サーキット	11:30～12:15 リンパフローヨガ (濱田)♪	11:45～12:15 サーキット	11:50～12:35 溶岩タイム										11:45～12:45 ヨガ80 (Kumi)♪♪♪
11:45～12:30 〇ストレッチポール (一丸)	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。		12:55～13:40 リンパフローヨガ (濱田)♪										12:50～14:10 溶岩タイム
	13:00～14:30 『年忘れ！ 太陽礼拝108回』 (真希) ※常温設定		14:00～14:45 オーラダイエット (一丸)♪♪										14:30～15:15 青龍リセット (濱田)♪
	14:45～15:15 溶岩タイム	15:15～15:45 パイパーエクササイズ (鷺見)	15:20～16:10 溶岩タイム									15:00～16:00 ★機能改善スクール (一丸)	15:35～16:50 溶岩タイム
	15:25～16:10 オーラストレッチ (鷺見)♪		16:30～17:30 ヨガ60 (HARU)♪♪♪									16:00～16:30 全身シェイプ (河原)	16:30～17:00 ストレッチ (一丸)
	16:30～17:30 ヨガ60 (Shiaki)♪♪♪		17:50～19:15 溶岩タイム										17:10～17:55 オーラヨガ (河原)♪
	17:50～18:55 溶岩タイム	18:30～18:45 サーキット	18:45～19:15 ストレッチ (鷺見)									18:45～19:15 〇ムエファイト (西田)	18:25～19:10 ベーシックヨガ (rummy)♪♪
18:30～20:00 ★ランニング スクール (鷺見)	18:30～19:30 ★バレエ スクール (春風)		19:30～20:15 溶岩タイム									19:30～20:30 ★パイパースクール (一丸)	19:30～20:15 ヨガ45 (rummy)♪♪♪
	19:15～20:15 ストレッチ60 (有元)♪♪												

年末年始休館日

年末年始休館日

年末年始休館日

年末年始休館日

※★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。