

ゴールデンウィーク営業時間のお知らせ

5月3日(水)~5月5日(金)

10:00~18:30

(エリア利用時間18:00まで)

16:30以降開始のレッスンまたは溶岩タイムは休講となります。

※4月29日、30日、5月2日、6日、7日 は通常通り営業致します。

2023年 5月2日~6日 LEALEA & AURA SPA本牧店 レッスンプログラム

確定
2022/4/10

	5/2 TUE火 通常営業			5/3 WED水 短縮営業			5/4 THU木 短縮営業			5/5 FRI金 短縮営業			5/6 SAT土 通常営業				
	スタジオ	芝 スタジオ	AURA スタジオ	スタジオ	芝 スタジオ	AURA スタジオ	スタジオ	芝 スタジオ	AURA スタジオ	スタジオ	芝 スタジオ	AURA スタジオ	スタジオ	芝 スタジオ	AURA スタジオ		
8:00																8:00	
9:00													キッズスクール 9:00~9:30 60分コース	9:15~10:45 ★ランニングスクール 小島		9:00	
10:00	10:00 OPEN			10:00 OPEN			10:00 OPEN			10:00 OPEN			8:30~9:30 体験教室① (3~4歳) 生島		代行	9:00 OPEN	
11:00	10:15~11:15 ストレッチ &ワーク 森枝	10:15~10:45 いきいき サーキットフリー	代行	10:30~11:15 パーソナルヨガ 藤井	10:15~11:15 スローフロー YOGA 山坂	代行	10:30~11:15 パーソナルヨガ Michi	代行	10:30~11:30 香腸調整& チャイロキネシス 三浦	10:15~11:15 ヨガ60 mika	代行	10:30~11:15 O筋リリース &シェイブ 三浦	代行	10:30~11:15 パーソナルヨガ mika	10:30~11:30 アプス (ABS) トレーニング 益田	代行	11:00
12:00	11:30~12:15 ストレッチ &コア Michi		代行	11:45~12:45 ヨガ60 藤井	11:30~12:15 Oボディワーク アウト 黒田	代行	11:45~12:45 ヨガ60 Michi	代行	11:45~12:15 Oボディワーク アウト 黒田	11:45~12:30 パーソナルヨガ mika	代行	11:30~12:15 O足つば& チャイロキネシス 三浦	代行	11:45~12:30 パーソナルヨガ mika	12:00~12:45 オーラ ヨガ 小原		12:00
13:00	12:30~13:30 ラテンエアロ Michi		代行	13:15~14:00 オーラストレッチ 小島	12:30~13:15 ZUMBA ritz	代行	13:30~14:15 オーラ ストレッチ 黒田	代行	12:30~13:30 ボディ シェイブ 三浦	13:00~13:45 オフ ダイエツト 黒田	代行	12:45~13:45 アクティブヨガ mika	代行	13:00~13:45 アクティブヨガ mika	12:45~13:45 ★MKT スクール 藤井		13:00
14:00	13:45~14:45 O足つば& ストレッチ ポール 三浦		代行	14:30~15:15 ヨガ45 HARU	14:00~14:45 O筋リリース &ハイパー 黒田	代行	14:45~15:30 ヨガ45 山坂	代行	13:45~14:45 足つば& ストレッチポール 三浦	14:00~14:45 オーラ ヨガ 黒田	代行	14:15~14:45 Oストレッチポール 藤井	代行	14:00~14:45 オーラ ダイエツト 黒田	14:00~15:00 ピラティス スクール 有元		14:00
15:00		15:00~16:30	代行	15:30~16:15 パーソナルヨガ HARU		代行	16:00~16:30 岩岩タイム (映画 オーラヨガ)	代行	14:50~16:20 ストレッチ&コア 藤井	15:00~16:45 岩岩タイム (映画 パーソナルヨガ)	代行	15:00~16:30 Group Fit 黒田	代行	15:45~16:30 オーラ ストレッチ 黒田			15:00
16:00			代行			代行		代行			代行		代行				16:00
17:00	16:15~17:05 かけっこ① (3~4歳) 藤井		代行			代行		代行			代行		代行				17:00
18:00	17:15~18:05 かけっこ② (5~6歳) 藤井		代行			代行		代行			代行		代行				18:00
19:00	18:15~19:05 サッカー フラット (5~6歳) 藤井		代行			代行		代行			代行		代行				18:30
20:00			代行			代行		代行			代行		代行				18:30CLOSE
21:00			代行			代行		代行			代行		代行				18:30CLOSE
21:30			代行			代行		代行			代行		代行				18:30CLOSE
22:00	22:00CLOSE			18:30CLOSE			18:30CLOSE			18:30CLOSE			18:30CLOSE				
23:00	22:00CLOSE			18:30CLOSE			18:30CLOSE			18:30CLOSE			18:30CLOSE				

スタジオのレッスン内容については、
裏面記事のレッスンガイドをご確認ください。
岩岩タイムは、オーラストジオにて岩盤浴をお楽しみいただけ
ます。
岩岩タイム(映画)は、スクリーンに映像レッスンを映し出し
ます。
★は有料スクールです。月3,494円/4回 5週目はお休みです。
※お登録プランによって、★のみ変更可能
●/☆は有料スクールです。月3,494円/4回 5週目はお休みです。
▶は有料スクールです。月4,455円/4回 5週目はお休みです。

⚠ エリア(マシンや芝、岩盤浴室、岩岩スタジオ)のご利用は、
開館の30分前までとなります。

LEALEA Hawaiian Fitness & Spa
AURA SPA
LEALEA Kids SCHOOL
LEALEA & AURA SPA本牧店 / LEALEAキッズスクール本牧校
☎045-628-1808

コロナウイルス感染拡大予防として一部レッスンを変更しております。
<スタジオレッスン> 定員：なし <オーラストジオレッスン> 定員：16名
※常温で道具を使うレッスン(Oがっているもの)については数に限りがあるため、15名までとさせていただきます。
常温・オーラストジオレッスン中やトレーニング中、岩盤浴室を含む全エリア(シャワー個室スペース除く)でのマスク着用は
任意とさせていただきます。
短縮営業中は、ホームフィットネスを除く全区分の方がご利用いただけます。