



4日(月・祝) 本牧店レッスンプログラム

	スタジオ	AURA スタジオ	
	10:00 ~ 18:30		
10:00	10:00 OPEN		10:00
10:30	10:15~11:15 yoga 赤杖	10:15~11:15 ピラティス 有元	10:30
11:00			11:00
11:30	11:30~12:30 ディスコワールド 赤杖	11:30~12:15 ストレッチ 有元	11:30
12:00			12:00
12:30		14:00~14:45 オーラダイエット 飯島	12:30
13:00			13:00
13:30			13:30
14:00			14:00
14:30		15:30~16:15 オーラヨガ 小原	14:30
15:00			15:00
15:30			15:30
16:00			16:00
16:30			16:30
17:00			17:00
17:30			17:30
18:00			18:00
	18:30 CLOSE		

△エリア（マシンや芝、岩盤浴室、溶岩スタジオ）のご利用は、閉館の30分前までとなります。
短縮営業日についてはホームフィットネスを除いた全区分の方がご利用可能です。

＜常温スタジオレッスン＞ 定員：なし
 ＜オーラスタジオレッスン＞ 定員：16名
 常温で道具を使うレッスン（Oがついているもの）については数に限りがあるため、
 今まで通り15名までとさせていただきます。



レアレア & オーラスパ本牧店 ☎045-628-1808