

●● AURASPA ●● 2023年9月～

	火		水		木		金		土		日	
	AURA	岩盤	AURA	岩盤	AURA	岩盤	AURA	岩盤	AURA	岩盤	AURA	岩盤
10:00		10:00～11:00 ◆岩盤タイム	9:30～10:15 ベーシックヨガ 坂元	10:00～11:00 ◆岩盤タイム	9:30～10:30 ヨガ60 アオイ	10:00～11:00 ◆岩盤タイム	9:30～10:30 ヨガ60 Kaoru	10:00～11:00 ◆岩盤タイム	9:45～10:30 ベーシックヨガ はるか	10:00～11:00 ◆岩盤タイム	9:30～10:15 オーラダイエット 友澤	10:00～11:00 ◆岩盤タイム
11:00	10:45～11:45 ヨガ60 non	◆岩盤タイム	10:45～11:45 ヨガ60 坂元	◆岩盤タイム	11:00～11:45 ベーシックヨガ アオイ	◆岩盤タイム	11:00～11:45 オーラストレッチ 山宮	◆岩盤タイム	11:00～12:00 ヨガ60 勝野	◆岩盤タイム	11:00～12:00 ヨガ60 太幸	11:30～12:30 ◆岩盤タイム
12:00	12:15～13:00 ベーシックヨガ non	◆岩盤タイム	12:15～13:00 骨盤調整ピラティス カナ	◆岩盤タイム	12:30～13:15 オーラストレッチ 富田	◆岩盤タイム	12:15～13:00 アクティブヨガ45 Mari	◆岩盤タイム	12:30～13:15 ピラティス カナ	◆岩盤タイム		
13:00		◆岩盤タイム	13:30～14:30 引き締めピラティス カナ	◆岩盤タイム	担当変更 13:45～14:30 オーラダイエット 友澤	◆岩盤タイム	13:30～14:30 ヨガ60 Mari	◆岩盤タイム	担当&内容&時間変更 13:45～14:30 オーラダイエット 城山	◆岩盤タイム	13:30～14:30 アクティブヨガ Mari	◆岩盤タイム
14:00	13:30～14:30 ピラティス カナ	◆岩盤タイム		◆岩盤タイム		◆岩盤タイム		◆岩盤タイム	担当&内容&時間変更 15:00～15:45 オーラヨガ 富田	◆岩盤タイム	15:00～15:45 ヨガ45 Mari	◆岩盤タイム
15:00	15:00～15:45 ルーシーダットン 西田	◆岩盤タイム		◆岩盤タイム		◆岩盤タイム		◆岩盤タイム	時間変更 16:15～17:15 アクティブヨガ かな	◆岩盤タイム		◆岩盤タイム
16:00		◆岩盤タイム		◆岩盤タイム		◆岩盤タイム		◆岩盤タイム		◆岩盤タイム		◆岩盤タイム
17:00		◆岩盤タイム		◆岩盤タイム		◆岩盤タイム		◆岩盤タイム		◆岩盤タイム	17:00～17:45 オーラヨガ 山宮	◆岩盤タイム
18:00		◆岩盤タイム		◆岩盤タイム		◆岩盤タイム		◆岩盤タイム		◆岩盤タイム		◆岩盤タイム
19:00	19:00～19:45 ベーシックヨガ 太幸	◆岩盤タイム	18:30～19:30 アクティブヨガ 太幸	◆岩盤タイム	19:00～20:00 ヨガ60 宇野	◆岩盤タイム	19:00～20:00 ヨガ60 かな	◆岩盤タイム		◆岩盤タイム	19:00～19:30 ◆岩盤タイム	◆岩盤タイム
20:00		◆岩盤タイム	20:00～20:45 オーラヨガ 山宮	◆岩盤タイム		◆岩盤タイム		◆岩盤タイム		◆岩盤タイム		◆岩盤タイム
21:00	20:30～21:30 ヨガ60 太幸	◆岩盤タイム		◆岩盤タイム	20:30～21:15 アクティブヨガ 宇野	◆岩盤タイム	20:30～21:15 オーラダイエット 富田	◆岩盤タイム		◆岩盤タイム		◆岩盤タイム
22:00												

22:00営業終了

