

2018.7.1~ AURA SPA レッスンのご案内

	TUESDAY			WEDNESDAY			THURSDAY			FRIDAY			SATURDAY			SUNDAY		
	AURA スタジオ	岩盤浴	コンディショニング エリア	AURA スタジオ	岩盤浴	コンディショニング エリア	AURA スタジオ	岩盤浴	コンディショニング エリア	AURA スタジオ	岩盤浴	コンディショニング エリア	AURA スタジオ	岩盤浴	コンディショニング エリア	AURA スタジオ	岩盤浴	コンディショニング エリア
9:00																		
9:30		9:30 岩盤浴			9:30 岩盤浴			9:30 岩盤浴	9:25 アドバンスヨガ (有料) Satomi		9:30 岩盤浴		9:30 岩盤浴		9:30 岩盤浴		9:30 岩盤浴	
10:00	9:45 ビューティフォロー			9:45 ビューティフォロー			10:00 ビューティフォロー		変更	9:45 ビューティフォロー			9:45 ビューティフォロー		9:45 ビューティフォロー		9:45 ビューティフォロー	
10:30	10:00 タヒチアンシェイプ Yuko	10:30 岩盤浴		10:00 アクティブヨガ Momo	10:30 岩盤浴		10:15 ヨガ Satomi			10:00 AURA ストレッチ Haru		10:30 スタートアップ ヨガ (有料) Momo	10:00 ヨガ TAKI	10:30 岩盤浴		10:00 パランス コーディネーション Kaori	10:30 新規 岩盤浴	10:30 アドバンス ヨガ (有料) Haruna
11:00		11:30 岩盤浴		11:15 ビューティフォロー	11:30 岩盤浴		11:15 ビューティフォロー			11:15 ビューティフォロー			11:15 ビューティフォロー	11:30 岩盤浴		11:15 ビューティフォロー	11:30 岩盤浴	
12:00	11:45 ビラティス Meiko	12:10 スタートアップ ヨガ (有料) Satomi		11:30 アクティブヨガ Momo	12:00 アドバンス ビラティス (有料) Naomi		11:30 パーシクヨガ TAKI			11:30 ヨガ Momo			11:30 アクティブヨガ TAKI	12:00 岩盤浴		11:30 ヨガ Haruna	12:00 岩盤浴	
13:00	12:45 ビューティフォロー	13:00 岩盤浴		12:45 ビューティフォロー	13:00 岩盤浴		12:45 ビューティフォロー	13:00 岩盤浴	変更	12:45 ビューティフォロー	13:00 岩盤浴		12:45 ビューティフォロー	13:00 岩盤浴		12:45 ビューティフォロー	13:00 岩盤浴	
14:00	13:00 パーシクヨガ Satomi	14:00 岩盤浴		13:00 ビラティス Naomi	14:00 岩盤浴		13:00 AURA ストレッチ Koyuki			13:00 アクティブヨガ Momo			13:00 ビラティス Naomi	14:00 岩盤浴		13:00 アクティブヨガ Haruna	14:00 岩盤浴	
15:00	14:15 ビューティフォロー	15:00 岩盤浴	変更	14:15 ビューティフォロー	15:00 岩盤浴		14:15 ビューティフォロー			14:15 ビューティフォロー			14:15 ビューティフォロー	15:00 岩盤浴		14:15 ビューティフォロー	15:00 岩盤浴	
16:00	14:30 アクティブヨガ Yunling	15:45 岩盤浴		14:30 AURA ストレッチ Naana	15:00 岩盤浴		14:30 アクティブヨガ ITO	15:00 スタートアップ ヨガ (有料) YOSSY		14:30 ヨガ Yunling			14:30 アクティブヨガ Momo	15:45 岩盤浴		14:30 AURA ストレッチ Suzuka	15:00 岩盤浴	
17:00	15:45 ビューティフォロー	16:00 岩盤浴		16:45 ビューティフォロー	17:00 岩盤浴		15:45 ビューティフォロー			15:45 ビューティフォロー			15:45 ビューティフォロー	16:00 岩盤浴		15:45 ビューティフォロー	16:00 岩盤浴	
18:00	16:00 パーシクヨガ Yunling	17:00 岩盤浴		17:00 はじめて タヒチアン YOSSY	17:00 岩盤浴		16:00 アクティブヨガ YOSSY			16:00 パーシクヨガ Yunling			16:00 AURA ヨガ Naana	17:00 岩盤浴		16:00 AURA ダイエット Naana	17:00 岩盤浴	
19:00	18:15 ビューティフォロー	18:15 岩盤浴		18:15 ビューティフォロー	18:15 岩盤浴		18:15 ビューティフォロー			18:15 ビューティフォロー			18:15 AURA フリータイム	18:15 岩盤浴		17:15 ビューティフォロー	17:30 岩盤浴	
20:00	18:30 ビラティス Ayumi	19:15 岩盤浴		18:30 タヒチアンシェイプ YOSSY	19:15 岩盤浴		18:30 パーシクヨガ Haruna			18:30 AURA フリータイム			17:30 AURA ダイエット Chika	18:30 岩盤浴		17:30 AURA ヨガ Haru	18:30 岩盤浴	
21:00	19:45 ビューティフォロー	20:15 岩盤浴		19:45 ビューティフォロー	20:15 岩盤浴		19:45 ビューティフォロー	20:00 AURA ヨガ Naana	20:15 岩盤浴	20:00 ヨガ NANAЕ	20:15 岩盤浴	20:30 アドバンス ボディメイキング (有料) Akane	18:30 AURA フリータイム	19:15 岩盤浴		AURA フリータイム	19:00 岩盤浴	
22:00	20:00 パーシクヨガ TAKI	21:15 岩盤浴		20:00 パーシクヨガ Chisa	21:15 岩盤浴		20:00 AURA ヨガ NANAЕ	21:00 ビューティフォロー	21:15 岩盤浴	21:00 ビューティフォロー	21:15 ボディメイキング Akane							
23:00	21:15 パーシクヨガ Shizuka			21:15 ヨガ Chisa														

☆レッスン・岩盤浴ともに完全予約制です。※ご予約はWebにて受け付けております。当日予約のみお電話、もしくはフロントでもお受けいたします。(TEL) 0422-30-0809 ☆裏面にも詳細がございますのでご覧ください。

