

●● AURA SPA 溶岩スタジオプログラム & スクール・スケジュール ●● 2018年4月

月		火		水		木		金		土		日	
溶岩	プラスビューティ	溶岩	プラスビューティ	溶岩	プラスビューティ	溶岩	プラスビューティ	溶岩	プラスビューティ	溶岩	プラスビューティ	溶岩	プラスビューティ
										ビューティーフォロー		ビューティーフォロー	
ビューティーフォロー		ビューティーフォロー		ビューティーフォロー		ビューティーフォロー		ビューティーフォロー		9:25~10:25 ヨガ 60 (真希) ♪♪♪	★ 9:55~10:25 ステップアップ ヨガスクール (龍崎)	9:25~10:25 アクティブヨガ 60 (Rumi) ♪♪♪	★ NEW 9:45~10:45 アドバンス ピラティス スクール (有元)
10:25~11:25 アクティブヨガ 60 (Rumi) ♪♪♪	変更	10:25~11:10 ベーシックヨガ (齋能) ♪♪	変更	10:25~11:10 ベーシックヨガ (HARU) ♪♪		10:25~11:10 ピラティス (原口) ♪♪		10:25~11:10 ルーシーダットン (西田) ♪♪		ビューティーフォロー		10:45~11:30 オーラヨガ (龍崎) ♪	
		ビューティーフォロー		ビューティーフォロー		ビューティーフォロー	★ NEW			ビューティーフォロー		ビューティーフォロー	
11:45~13:00 溶岩タイム		11:30~12:15 ストレッチ (有元) ♪♪		11:30~12:30 アクティブヨガ 60 (AIKA) ♪♪♪	NEW	11:30~12:30 ヨガ60 (AIKA) ♪♪♪	11:30~12:45 アドバンス ヨガ スクール (HIROMI)	11:30~13:10 溶岩タイム		11:50~12:35 オーラストレッチ (高野) ♪	★ NEW		
				12:50~13:10 溶岩タイム	変更						12:45~14:00 アドバンス ヨガ スクール (HIROMI)	11:50~13:40 溶岩タイム	
		12:35~14:10 溶岩タイム		ビューティーフォロー		12:50~14:10 溶岩タイム	変更	ビューティーフォロー		12:55~13:55 溶岩タイム		ビューティーフォロー	
13:20~14:10 溶岩タイム		ビューティーフォロー		13:30~14:30 ヨガ60 (TOMOKO) ♪♪♪		ビューティーフォロー		13:30~14:15 オーラヨガ (済田) ♪		ビューティーフォロー		ビューティーフォロー	
ビューティーフォロー		ビューティーフォロー				14:30~15:30 ヨガ 60 (MIKI) ♪♪♪	変更			14:15~15:15 ヨガ 60 (済田) ♪♪♪	変更	14:00~14:45 ルーシーダットン (西田) ♪♪	
14:30~15:15 オーラヨガ (済田) ♪		14:30~15:30 ヨガ 60 (KANA) ♪♪♪	変更	14:50~15:10 溶岩タイム		ビューティーフォロー		14:35~16:10 溶岩タイム	変更			15:05~15:35 溶岩タイム	変更
				15:30~16:15 ベーシックヨガ (龍崎) ♪♪		15:50~16:40 溶岩タイム	変更			15:35~16:10 溶岩タイム	変更	ビューティーフォロー	
15:35~16:10 溶岩タイム	変更	15:50~16:45 溶岩タイム	変更			16:35~18:05 溶岩タイム		17:00~17:55 溶岩タイム		16:30~17:15 ベーシックヨガ (HARU) ♪♪		15:55~16:40 ベーシックヨガ (Eimi) ♪♪	★ NEW
ビューティーフォロー										ビューティーフォロー		16:30~17:30 アドバンス ピラティス スクール (有元)	
16:30~17:15 ベーシックヨガ (Yuki) ♪♪	NEW			16:35~18:05 溶岩タイム		17:00~17:55 溶岩タイム		17:50~18:55 溶岩タイム	変更	17:35~19:15 溶岩タイム		17:00~17:50 溶岩タイム	
		17:05~18:05 溶岩タイム		17:05~18:05 溶岩タイム		ビューティーフォロー							
17:35~19:10 溶岩タイム	変更	ビューティーフォロー		ビューティーフォロー		18:15~19:00 ベーシックヨガ (齋能) ♪♪		19:15~20:15 ストレッチ 60 (有元) ♪♪	変更			18:10~19:00 溶岩タイム	
		18:25~19:10 オーラピラティス (有元) ♪♪		18:25~19:10 オーラヨガ (龍崎) ♪		ビューティーフォロー		19:30~20:15 スタートアップ ヨガスクール (Kumi)	★	19:30~20:15 溶岩タイム			
ビューティーフォロー		ビューティーフォロー	★	ビューティーフォロー		19:20~20:20 ヨガ 60 (KANA) ♪♪♪	変更					19:20~20:15 溶岩タイム	
19:30~20:15 オーラストレッチ (有元) ♪		19:30~20:15 ベーシックヨガ (HARU) ♪♪		19:30~20:15 ピラティス (原口) ♪♪		ビューティーフォロー		20:35~21:20 ベーシックヨガ (HARU) ♪♪	変更				
		ビューティーフォロー		ビューティーフォロー				20:35~21:20 オーラヨガ (済田) ♪					
20:35~21:20 オーラヨガ (済田) ♪	★	20:35~21:20 オーラヨガ (龍崎) ♪		20:35~21:20 オーラヨガ (済田) ♪		21:40~22:15 溶岩タイム		21:40~22:15 溶岩タイム					
21:40~22:15 溶岩タイム		21:40~22:15 溶岩タイム		21:40~22:15 溶岩タイム		21:45~22:15 溶岩タイム		21:40~22:15 溶岩タイム					

※ ★ マークのレッスンは登録制の有料スクールです  
 ※インストラクターレッスンの運動強度は、♪の数が増えるほど高くなります  
 ※ビューティーフォロー(登録無料):インストラクターによる目的達成のサポート時間です(定員)  
 ※レッスンのスタート開始時間15分前前に行います  
 ※インストラクターのレッスンは急な代行や代替がある為、店内のオーラ掲示板にある代行休講のご案内 または WEBの店舗からのお知らせにて確認してからご予約をお願い致します  
 ※インストラクターレッスンのみWEBからのご予約が必要となります  
 ※スクールは有料の登録制スクールで、プラスビューティスタジオで行います  
 ※溶岩レッスンの変更箇所には下線をひいてあります