

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | | | | |
|-------|------------------------------|--|---|--|--|---|--|---------------------------------------|--|--|-------|
| 7:00 | | | <p>「HAVE A NICE BABY」キャンペーン！ 指定日のレッスンを550円でご参加いただけます。 会員様はもちろんビジターも可能です。ご予約お待ちしております♡ 12/13(金) 12/27(金) マタニティヨガ 12:40-13:40</p> | | | | | 7:00 | | | |
| 8:00 | | | | | | | | 7:45-8:45 あい OHAヨガaroma ↑14日 休講 | 8:00-9:00 あい OHAヨガ | 8:00 | |
| 9:00 | | 9:00-10:00 あい 骨盤エクササイズ | | | | 9:00-10:00 あい アロマヨガ ↑14日18日 休講 | | | 9:10-10:10 あい 骨盤エクササイズ ↑14日 休講 | 9:20-10:20 あい ピラティス | 9:00 |
| 10:00 | 10:00-11:00 MANA ママシェイプ | 10:15-11:15 あい バレトン | 10:30-11:30 あい ママシェイプ(子連れ会員受け放題) ↑14日18日 休講 | 10:00-11:00 横山佐江子 meguriヨガ | 10:00-11:00 あい ピラティス ↑20日 休講 | 子供バレエスクール (キッズ10:30-11:30) ↑14日 休講 | 10:45-11:45 AYAKO リズムシェイプ ↑15日 ヨガボード50あい | 10:00 | | | |
| 11:00 | 11:30-12:30 KYOKO ヒーリングヨガ | 11:45-12:45 KYOKO 17日のみ ヒーリングヨガ | 12:05-12:55 あい マインドフルネスヨガZENSEE ↑11日25日 休講 | 11:30-13:00 MANA 大人スクール バレエヴァリエーション | 11:20-12:20 あい リフレッシュヨガ(お子様同伴OK) ↑20日 休講 | 7,920円/月 | 12:05-13:05 AYAKO コンディショニングストレッチ ↑15日 休講 | 11:00 | | | |
| 12:00 | | | 13:15-14:15 寺田ひろこ フラダンス | | 12:40-13:40 あい マタニティヨガ ↑13日27日550円DAY ↑20日 休講 | 12:50-13:50 MANA バレエ de エクササイズ ↑14日28日 休講 | 13:30-14:20 あい マインドフルネスヨガZENSEE | 12:00 | | | |
| 13:00 | | 13:45-14:45 寺内めぐほ 美脚美尻 | | | 14:00-15:00 MANA バレエ | 子供バレエスクール (リトル14:15-15:00) | 14:40-15:40 週替わりレッスン | 13:00 | | | |
| 14:00 | | 15:00-16:00 寺内めぐほ バレエ | 14:45-15:45 あい ボールdeピラティス | | | | 15:40-16:40 あい リフレッシュヨガ ↑14日 休講 | 14:00 | | | |
| 15:00 | | | | <p>大人の バレエスクール 【月2回 全6回】</p> <p>10～12月期 第1・3(木) 11:30-13:00 MANA 先着8名</p> <p>会員¥14,700 非会員¥27,000</p> | | | | 15:00 | | | |
| 16:00 | | 子供バレエスクール (キッズ16:30-17:30) (ジュニア 17:40-18:40) 7,920円/月 | 子供バレエスクール (リトル16:45-17:30) (キッズJr. 17:40-18:40) (ジュニア18:50-19:50) 7,920円/月 | | | | | | 17:00-18:00 あい  陰ヨガリラックス withシンキングボウル ↑14日 休講 | ↑1日 ヨガボード50あい ↑8日 シェイプアジリティ40あい ↑22日 ヨガボード50あい | 16:00 |
| 17:00 | | | | | | | | | | | 17:00 |
| 18:00 | | 19:00-20:00 あい  3日17日 陰ヨガリラックス withシンキングボウル | | | | | | 18:00 | | | |
| 19:00 | | | 20:15-21:15 あい ピラティス | | 19:30-20:30 あい バレトン ↑↑13日 休講 | | | 19:00 | | | |
| 20:00 | | | | | 20:45-21:45 あい  眠りのためのヨガ withシンキングボウル | | | 20:00 | | | |
| 21:00 | | | | | | | | 21:00 | | | |



TEL : 047-436-8265
Mail: hello@aura-fitstudio.com



休館日 14(土)、12/30(月)～1/3(金)