

	11祝火	月	火	水	木	金	土	日	
7:00				<div style="border: 2px solid orange; padding: 5px;"> <p>「HAVE A NICE BABY」キャンペーン！                      指定日のレッスンを<b>550円</b>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♡                      2/7(金) 2/21(金) マタニティヨガ 12:40-13:40</p> </div>					7:00
8:00	8:30-9:30 あい								7:45-8:45 あい OHAヨガaroma
9:00	骨盤エクササイズ		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 ↑5日19日 休講		9:10-10:10 あい ボールdeピラティス	9:20-10:20 あい 骨盤エクササイズ ↑2日23日 休講	9:00	
10:00	10:00-10:50 あい マインドフルネスヨガ50ZENSEE	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 <small>(子連れ会員受付放題)</small> ↑5日19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 ↑14日 休講	子供バレエスクール (キッズ10:30-11:30)	10:45-11:45 AYAKO リズムシェイプ ↑9日シェイプアジリティ40	10:00
11:00	11:20-12:20 あい ピラティス	11:30-12:30 KYOKO ヒーリングヨガ		11:30-13:00 MANA 大人スクール バレエヴァリエーション	11:30-13:00 MANA	11:20-12:20 あい リフレッシュヨガ <small>(お子様同伴OK)</small> ↑14日 休講	(キッズJr. 11:40-12:40) 7,920円/月	12:05-13:05 AYAKO コンディショニングストレッチ ↑9日 休講	11:00
12:00			12:30-13:30 寺田ひろこ フラダンス	12:30-13:30 寺田ひろこ フラダンス		12:40-13:40 あい マタニティヨガ ↑7日21日550円DAY ↑14日 休講	12:50-13:50 MANA バレエ de エクササイズ	13:25-14:25 あい ピラティス ↑23日 休講	12:00
13:00	12:50-13:40 あい ヨガwithヨガボード		13:15-14:15 あい ボールdeピラティス	14:00-15:00 秋山優奈 美脚美尻	<div style="border: 2px solid purple; padding: 5px;"> <p>「美脚美尻」                      ピラティスマットをベースに筋力、柔軟性、バランス、姿勢にアプローチします！姿勢を整えたい、体幹を強くしたい方におすすめレッスンです。</p> </div>		子供バレエスクール (リトル14:15-15:00)	14:40-15:30 週替わりレッスン ↑2日ボードヨガ ↑16日シェイプアジリティ	13:00
14:00			14:45-15:45 あい リフレッシュヨガ	15:20-16:20 秋山優奈 バレエ				15:45-16:35 あい マインドフルネスヨガ50ZENSEE	17:00-18:00 あい 陰ヨガリラックス withシンキングボウル
15:00				子供バレエスクール (リトル16:45-17:30) (キッズJr. 17:40-18:40) 7,920円/月	<div style="border: 2px solid yellow; padding: 5px;"> <p><b>大人の バレエスクール ヴァリエーション</b> 【月2回 全6回】</p> <p>1~3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> </div>			15:00	
16:00			19:00-20:00 あい 陰ヨガリラックス withシンキングボウル	19:05-20:05 あい アロマヨガ				17:00-18:00 あい 陰ヨガリラックス withシンキングボウル	
17:00			20:20-21:10 あい マインドフルネスヨガ50ZENSEE	20:20-21:20 あい ピラティス		19:30-20:30 あい バレトン ↑14日 休講 ↑7日 1845-リズムシェイプAYAKO		17:00	
18:00						20:45-21:45 あい 眠りのためのヨガ withシンキングボウル	←14日 休講	18:00	
19:00								19:00	
20:00								20:00	
21:00								21:00	



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



休館日 24(祝月)