

2024



プログラムスケジュール

※水玉模様：お子様同伴OKクラス

	20祝水	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♡ 3/19(火) 3/26(火) マタニティヨガ 13:30-14:30</p>			<p>「HAVE A NICE BABY」キャンペーン！ 1ヶ月～1歳11ヶ月さん子連れは、ママシェイブ体験無料でご参加いただけます。さらに当日入会は入会金0円。</p>				7:00
8:00							7:45-8:45 あい OHAヨガaroma ↑30日休講	8:15-9:15 あい OHAヨガ ↑31日休講	8:00
9:00	9:30-10:30 AYAKO リズムシェイプ	10:00-11:00 MANA ママシェイブ	9:00-10:00 あい 骨盤エクササイズ ↑5日休講	9:00-10:00 あい リフレッシュヨガ			9:10-10:10 あい 骨盤エクササイズ ↑30日休講	9:45-10:45 あい ピラティス ↑31日休講	9:00
10:00	10:50-11:50 AYAKO コンディショニングストレッチ		10:30-11:30 あい アロマヨガ ↑5日休講	10:30-11:30 あい ママシェイブ(子連れ会員受け放題)	10:00-11:00 横山佐江子 meguriヨガ	10:00-11:00 あい ピラティス ↑1日15日休講	10:00-11:00 あい 子供バレエスクール (キッズ10:30-11:30) (ジュニア11:40-12:40) 7,920円/月	11:15-12:15 AYAKO リズムシェイプ ↑10日24日シェイブアジリティ40 あい	10:00
11:00		11:30-12:30 KYOKO ヒーリングヨガ	12:00-13:00 あい バレトン ↑5日休講	12:00-13:00 寺田ひろこ エンジョイフラダンス ↑13日休講	11:30-13:00 MANA 寺内めぐほ 14日28日 美脚美尻 12:45-13:45 寺内めぐほ 14日28日 バレエCentre	12:30-13:30 KYOKO 1日のみヒーリングヨガ	12:50-13:50 MANA バレエ de エクササイズ ↑10日24日骨盤エクサ あい	12:35-13:35 AYAKO コンディショニングストレッチ ↑10日24日骨盤エクサ あい	11:00
12:00			13:30-14:30 あい マタニティヨガ ↑5日12日休講 ↑19日26日550円レッスン	13:15-14:15 寺田ひろこ フラダンス ↑13日休講		14:00-15:00 MANA バレエ	子供バレエスクール (リトル14:15-15:00) ZENSEE陽 ヨガ50 ↑31日休講	14:10-15:00 あい ZENSEE陽 ヨガ50 ↑31日休講	12:00
13:00			15:10-16:10 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 ↑30日休講	15:30-16:30 週替わりレッスン ↑3日 ヨガwithヨガボード あい ↑17日 ヨガwithヨガボード あい	13:00
14:00			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 ↑30日休講		14:00
15:00			19:00-20:00 あい 19日26日のみ 陰ヨガリラックス						15:00
16:00					<p>大人の バレエスクール 【月2回 全6回】 次回1～3月期 第1・3(木) 11:30-13:00 MANA 先着6名 会員¥13,200 非会員¥26,400</p>	19:30-20:30 あい バレトン ↑15日休講		16:00	
17:00				20:15-21:15 あい ピラティス		20:45-21:45 あい アロマヨガ ↑15日休講			17:00
18:00									18:00
19:00									19:00
20:00									20:00
21:00									21:00



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

