

【三鷹店】2026年2月AURA・lafimoタイムスケジュール



	FRIDAY					SATURDAY					SUNDAY				
	常温スタジオ			AURA SPA		常温スタジオ			AURA SPA		常温スタジオ			AURA SPA	
	メイン	ジム	lafimo	スタジオ	岩盤浴	メイン	ジム	lafimo	スタジオ	岩盤浴	メイン	ジム	lafimo	スタジオ	岩盤浴
8:30															
9:00															
9:30															
10:00			9:30~10:15 ベーシック ピラティス Kanon	9:30~10:30 アクティブ ヨガ 60 Akiko	9:30~10:15 岩盤浴			9:30~10:30 ピラティス 三井 直美	9:30~10:15 ヨガ Sawako	9:30~10:15 岩盤浴				9:30~10:15 アクティブ ヨガ Maria	9:30~10:15 岩盤浴
10:30															
11:00															
11:30															
12:00															
12:30															
13:00			12:30~13:00 コア&スパイン naomi												
13:30															
14:00			13:15~14:00 スタンダード ピラティス naomi	13:30~14:15 AURA ヨガ Kazuha	13:15~14:00 岩盤浴			13:00~13:30 はじめてピラティス Maria	13:30~14:15 フリータイム					13:30~14:15 ベーシック ピラティス Nanami	13:30~14:30 フリータイム
14:30															
15:00															
15:30															
16:00		15:15~16:00 やさしい ヨガ Maria													
16:30															
17:00															
17:30															
18:00															
18:30															
19:00															
19:30															
20:00															
20:30			20:00~20:45 ベーシック ピラティス Kazuha	20:00~21:00 ヨガ 60 Saori	20:15~21:00 岩盤浴										
21:00															
21:30															
22:00															
22:30															
23:00															

【営業時間 / 注意事項】

火～金 9時00分～23時00分 | 土 9時00分～21時00分
日/祝 9時00分～20時00分 | 休館日 ※毎週 月曜日

- ・AURA、lafimo、岩盤浴はWebにてご予約受付となります。
 - ・AURA、lafimo、岩盤浴のご予約は1日各1つまでです。
 - ・一度に取れるご予約は各2つまでとなります。
 - ・AURA、lafimo、岩盤浴をご利用の方はご来館時に参加カードをフロントで受け取り、ご参加ください。
- ※レッスンスケジュールに変更がある場合は毎月25日に更新となります。