

●● AURA SPA・lafimo ●● 2026年1月～

火				水				木				金				土				日				
		AURA	岩盤	lafimo			AURA	岩盤	lafimo			AURA	岩盤	lafimo			AURA	岩盤	lafimo			AURA	岩盤	lafimo
10:00			9:30～10:30																					
		9:45～10:30 ベーシックヨガ 平井(聖)	◆岩盤タイム	9:45～10:30 ベーシック 山田																				
11:00			10:45～11:45	11:00～11:30																				
		11:15～12:15 アクティブヨガ60 YUKI	◆岩盤タイム	11:45～12:30 スタンダード 山田																				
12:00			12:00～13:00																					
		12:45～13:30 ベーシックヨガ YUKI	◆岩盤タイム	13:15～14:15																				
13:00			13:15～14:15	13:30～14:15 ベーシック 大野																				
		14:30～15:15 オーラダイエツ 真鍋	◆岩盤タイム	14:30～15:15 スタンダード 常世田																				
14:00			15:45～16:45																					
		16:30～17:15 ベーシック 常世田	◆岩盤タイム	17:00～18:00																				
15:00			17:15～18:15	17:45～18:15 レッグ&ヒツプ 常世田																				
		18:30～19:15 岩盤ダイエツ 村石	◆岩盤タイム	18:30～19:15 スタンダード 臼井																				
16:00			19:00～19:45 ベーシックヨガ akiyo	19:30～20:15 ベーシック 臼井																				
		20:15～21:15 ヨガ60 akiyo	◆岩盤タイム	21:00～22:00																				
17:00			21:00～22:00	◆岩盤タイム																				
		◆岩盤タイム																						
18:00			◆岩盤タイム																					
19:00			◆岩盤タイム																					
20:00			◆岩盤タイム																					
21:00			◆岩盤タイム																					
22:00			◆岩盤タイム																					
23:00			◆岩盤タイム																					



ココロが輝くと、カラダも輝く。

AURA SPA

Ganban Yoga & Onsen



