

	16(TUE)	17(WED)	18(THU)	19(FRI)	20(SAT)	21(SUN)
	冷え性改善ヨガ AYANO 10:15~11:15 ★★~★★★	股関節が柔らかくなる★★ ジョイトレ!&バレエストレッチ EMI 11:30~12:30	デトックスヨガ SANAE 10:30~11:30 ★★	子宮温活ヨガ AYANO 10:15~11:15 ★~★★	ジョイトレ!&太陽礼拝 EMI 10:30~11:30 ★★~★★★★	『刻(時間)のyoga』 ★~★★★ ~女性ホルモン&PMS~ Sachiyo 10:30~11:30
	下半身強化ヨガ AKARI 12:00~13:00 ★★	リズムコアストレッチ EMI ★★★★ 13:00~14:00	~ホルモンバランスを整える~ LUNAYOGA 19:00-20:00 ★★ Madoka	呼吸を深めるアロマヨガ NANA 12:00~13:00 ★★~★★★★	呼吸を深めるアロマヨガ NANA 11:30~12:30 ★★~★★★★	季節の体質改善ヨガ AYANO 13:30~14:30 ★★
	リラックスヨガ YU 19:00-20:00 ★★	『刻(時間)のyoga』 ★~★★★ ~女性ホルモン&PMS~ Sachiyo 15:00~16:00	X	代謝UPヨガ NANA 13:30~14:30 ★★~★★★★	リラックスヨガ AYANO 13:30~14:30 ★	リラックスヨガ AYANO 15:00~16:00 ★
22(MON)	23(TUE)	24(WED)	25(THU)	26(FRI)	27(SAT)	28(SUN)
X	『刻(時間)のyoga』 ~アロマrelax~ ★~★★★ Sachiyo 10:15~11:15	股関節が柔らかくな★★ ジョイトレ!&バレエストレッチ EMI 13:00~14:00	デトックスヨガ SANAE 10:30~11:30 ★★	子宮温活ヨガ AYANO 10:15~11:15 ★~★★	代謝UPヨガ NANA 10:30~11:30 ★★~★★★★	むくみ改善ヨガ YUMI ★★ 10:15~11:15
X	~柔軟を高める~陰ヨガ Madoka ★★~★★★ 14:00-15:00	リズムコアストレッチ EMI 15:00~16:00 ★★★★	『刻(時間)のyoga』 ~パワー&体幹~★★~★★★ Sachiyo 13:00~14:00	呼吸を深めるアロマヨガ NANA 12:00~13:00 ★★~★★★★	リラックスヨガ AYANO 15:30~16:30 ★	『刻(時間)のyoga』 ~アロマrelax~ ★~★★★ Sachiyo 11:30~12:30
X	X	X	~ホルモンバランスを整える~ LUNAYOGA 19:00-20:00 ★★ Madoka	股関節が柔らかくなる★★★★★ ジョイトレ!開脚特化 EMI 15:00~16:00	X	X
X	X	X	X	Kpopエクササイズ EMI 18:30~19:30 ★★~★★★★	X	X

《ご予約・キャンセルについて》

- ・ご予約は前日まで、当日は一度お問い合わせをお願いいたします。
- ・やむを得ない事情でキャンセルされる場合、レッスン開始3時間前までにご連絡をお願い致します。
- ・チケットをお持ちの方のレッスン開始3時間前を過ぎましたキャンセルは、赤枠 夜レッスン
レッスン1回分のチケット消化となりますので、ご了承ください。

LINE@でのご予約は

こちらから ⇒



〒537-0024

大阪市東成区東小橋3-9-11 イービルダービル2F

[TEL:06-7161-4334](tel:06-7161-4334)

<http://yogaosaka.jp/>

レッスン時間が一部変更となりました。
お間違いの内容ご確認の上
ご予約お願い致します。