

《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、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。

〒537-0024

[LINE@でのご予約は](#)



大阪市東成区東小橋3-9-11 イービルダービル2 はこちらから ⇒

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

<http://yogaosaka.jp/>

赤枠 夜レッスン

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。

						1 (SUN)
2 (MON)	3 (TUE)	4 (WED)	5 (THU)	6 (FRI)	7 (SAT)	8 (SUN)
ハタヨガ ビギナー KANA 14:00-15:00 ★★★	『刻(時間)のyoga』 Sachiyo ~太陽礼拝flow~ ★~★★15:00-16:00	X	デトックスヨガ SANAE 10:30-11:30 ★★	ベーシックフローヨガ KANA 10:30-11:30 ★★★	『刻(時間)のyoga』 90分レッスン ~五感 five senses~ ★~★★ Sachiyo 10:30-12:00	『刻(時間)のyoga』 Sachiyo 10:30-11:30 ★~★★
和みヨガ AYANO 15:30-16:30 ★	リセットヨガ Madoka 19:00-20:00 ★★	X	骨盤底筋トレーニングヨガ SANAE 11:45-12:45 ★★	むくみ改善ヨガ YUMI 13:00-14:00 ★★	コアヨガ ~下半身強化~ SHIHO 12:30-13:30 ★★★	子宮温活ヨガ AYANO 13:00-14:00 ★~★★
X	X	X	ホルモンバランスヨガ Madoka 19:00-20:00 ★★	子宮温活ヨガ AYANO 15:00-16:00 ★~★★	和みヨガ AYANO 14:00-15:00 ★	季節の体質改善ヨガ AYANO 15:00-16:00 ★★
9 (MON)	10 (TUE)	11 (WED)	12 (THU)	13 (FRI)	14 (SAT)	15 (SUN)
『刻(時間)のyoga』 Sachiyo 10:30-11:30 ★~★★	ハタヨガ ビギナー KANA 10:15-11:15 ★★★	ホルモンバランスヨガ Madoka 18:30-19:30 ★★	デトックスヨガ SANAE 10:30-11:30 ★★	X	X	『刻(時間)のyoga』 Sachiyo 10:30-11:30 ★~★★
X	呼吸を深めるアロマヨガ NANA 12:00-13:00 ★★	X	『刻(時間)のyoga』 Sachiyo ~太陽礼拝flow~ ★~★★15:00-16:00	X	X	むくみ改善ヨガ YUMI 12:00-13:00 ★★
X	リラックスヨガ Madoka 19:00-20:00 ★★	X	リラックスヨガ Madoka 19:00-20:00 ★★	X	X	X

コアヨガ ~腹筋アプローチ~  
 SHIHO 11:00-12:00  
 ★★  
 『刻(時間)のyoga』  
 Sachiyo 13:00-14:00  
 ★~★★  
 季節の体質改善ヨガ  
 AYANO 15:00-16:00  
 ★★