

		17(WED)	18(THU)	19(FRI)	20(SAT)	21(SUN)	
		リフレッシュピラティス Natsuki 10:30-11:30 ★★	リセットヨガ RIKU 10:30-11:30 ★★		心を静めるヨガ ¥1,500 Mai 10:30-11:30 ★★ <b>今月お得レッスン</b>	筋膜リリースヨガ NAO 10:30-11:30 ★★	
			疲労回復yoga RIE ~筋膜はがし~ ★ 15:30-16:30	リフレッシュピラティス Natsuki 15:00-16:00 ★★	はじめてのヨガ MIYA 14:00-15:00 ★★	はじめてのヨガ MIYA 13:00-14:00 ★★	
			ワークアウト ★★★ ~美尻を目指す、ヒップ強化~ RIE 19:00-20:00	『刻(時間)のyoga』 Sachiyo 19:30-20:30 ★~★★	ワークアウト ★★★ ~二の腕、背中強化~ RIE 16:00-17:00	疲労回復yoga 75分 RIE ~筋膜はがし~ ★ 16:00-17:15	
22(MON)	23(TUE)	24(WED)	25(THU)	26(FRI)	27(SAT)	28(SUN)	
リフレッシュピラティス Natsuki 10:30-11:30 ★★	癒しのヨガ ~『和』を感じる~ Key 10:30-11:30 ★★ <b>¥1,500 今月お得レッスン</b>	リフレッシュピラティス Natsuki 10:30-11:30 ★★	リセットヨガ RIKU 10:30-11:30 ★★	リセットヨガ RIKU 10:30-11:30 ★★	心を静めるヨガ ¥1,500 Mai 10:30-11:30 ★★ <b>今月お得レッスン</b>		
深呼吸ヨガ(脂肪燃焼) RIE 15:30-16:30 ★★~★★★★	股関節が柔らかくなるジョイトレ RIE 13:00-14:00 ★★~★★★★	ワークアウト ★★★~★★★★ ~くびれを作る、腹筋強化~ RIE 13:00-14:00	貸切レッスンの為ご予約不可 14:00-15:00	ワークアウト ★★★ ~美尻を目指す、ヒップ強化~ RIE 17:00-18:00	はじめてのヨガ MIYA 13:00-14:00 ★★	『刻(時間)のyoga』チケット使用不可 ~特別料金¥2,500~★★~★★★★ Sachiyo 13:00-14:00	
ワークアウト ★★★ ~二の腕、背中強化~ RIE 19:30-20:30	深呼吸ヨガ(リラックス) RIE 15:00-16:00 ★★	貸切レッスンの為ご予約不可 19:00-20:00	深呼吸ヨガ(リラックス) RIE 19:00-20:00 ★★	『刻(時間)のyoga』 Sachiyo 19:30-20:30 ★~★★	ワークアウト ★★★ ~美尻を目指す、ヒップ強化~ RIE 15:00-16:00	疲労回復yoga 75分 RIE ~筋膜はがし~ ★ 16:00-17:15	
29(MON)	30(TUE)	<p>《ご予約・キャンセルについて》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・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。</li> <li>・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。</li> </ul> <p>〒537-0024 大阪市東成区東小橋3-9-11 イービルダービル はこちらから ⇒ TEL:06-7161-4334 <a href="http://yogaosaka.jp/">http://yogaosaka.jp/</a></p>			<p><b>今月のお得レッスン 参加費 ¥1,500</b></p> <p>20日・27日(土)10:30~11:30 心を静めるヨガ インストラクター Mai</p> <p>23日(火)10:30~11:30 癒しのヨガ~『和』を感じる~ インストラクター Key</p> <p>29日(月・祝)10:30~11:30 はじめてのヨガ インストラクター MIYA</p>		
はじめてのヨガ ¥1,500 MIYA 10:30-11:30 ★★ <b>今月お得レッスン</b>	癒しのヨガ Key ~『和』を感じる~ ★★ 10:30-11:30	バレトン RIE 13:00-14:00 ★★~★★★★	ワークアウト ★★★~★★★★ ~くびれを作る、腹筋強化~ RIE 15:30-16:30				
深呼吸ヨガ(脂肪燃焼) RIE 15:30-16:30 ★★~★★★★	深呼吸ヨガ(リラックス) RIE 19:30-20:30 ★★						