

<p>《ご予約・キャンセルについて》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・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。 <p>〒537-0024 LINE@でのご予約は </p> <p>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 ⇒ http://vogaosaka.jp/</p> <p>TEL:06-7161-4334</p>			<p>16 (THU)</p> <p>リセットヨガ ¥1,500 RIKU 10:30-11:30 ★★ 今月お得レッスン</p> <p>貸切レッスンの為ご予約不可 14:00-15:00</p> <p>ワークアウト ★★★ ～くびれ・腹筋・二の腕・美尻～ RIE 17:00-18:00</p> <p>深呼吸ヨガ(リラックス) RIE 19:00-20:00 ★★</p>	<p>17 (FRI)</p> <p>リセットヨガ RIKU 13:00-14:00 ★★</p> <p>『刻(時間)のyoga』 Sachiyo 19:30-20:30 ★～★★</p>	<p>18 (SAT)</p> <p>心を静めるヨガ Mai 10:30-11:30 ★★</p> <p>疲労回復yoga RIE ～筋膜はがし～ ★ 14:00-15:00</p> <p>ワークアウト ★★★ ～くびれ・腹筋・二の腕・美尻～ RIE 16:00-17:00</p>	<p>19 (SUN)</p> <p>はじめてのヨガ MIYA 10:30-11:30 ★★</p> <p>『刻(時間)のyoga』チケット使用不可 ～特別料金 ¥2,500～★★～★★★ Sachiyo 13:00-14:00</p>
<p>20 (MON)</p> <p>リフレッシュピラティス Natsuki 10:30-11:30 ★★</p> <p>深呼吸ヨガ(脂肪燃焼) RIE 13:00-14:00 ★★～★★★★</p>	<p>21 (TUE)</p> <p>癒しのヨガ Key ～『和』を感じる～ ★★ 10:30-11:30</p> <p>深呼吸ヨガ(リラックス) RIE 19:30-20:30 ★★</p>	<p>22 (WED)</p> <p>リフレッシュピラティス Natsuki 10:30-11:30 ★★</p> <p>貸切レッスンの為ご予約不可 19:00-20:00</p>	<p>23 (THU)</p> <p>リセットヨガ RIKU 10:30-11:30 ★★</p> <p>ワークアウト ★★★～★★★★ ～くびれ・腹筋・二の腕・美尻～ RIE 13:00-12:00</p> <p>ヨガ × Sintex® ¥1,500 momoko 15:00-16:00 ★★ 今月お得レッスン</p> <p>股関節が柔らかくなるジョイトレ! RIE 19:30-20:30 ★★～★★★★★</p>	<p>24 (FRI)</p> <p>季節のリラックスヨガ TOMOKO 10:30-11:30 ★～★★ ¥1,500</p> <p>リフレッシュピラティス Natsuki 15:00-16:00 ★★</p> <p>『刻(時間)のyoga』 Sachiyo 19:30-20:30 ★～★★</p>	<p>25 (SAT)</p> <p>心を静めるヨガ Mai 10:30-11:30 ★★</p> <p>バレトン RIE 12:30-13:30 ★★～★★★★</p> <p>今月のお得レッスン 参加費 ¥1,500 ※30日(木)13:00～14:00 疲労回復yoga インストラクター RIE</p> <p>※24日(金)・31日(金)10:30～11:30 季節のリラックスヨガ インストラクター TOMOKO</p> <p>※23日(木)15:00～16:00 ヨガ × Sintex® インストラクター momoko</p>	<p>26 (SUN)</p> <p>はじめてのヨガ MIYA 10:30-11:30 ★★</p> <p>『刻(時間)のyoga』 90分レッスン ～五感 five senses～ ★～★★★ Sachiyo 13:00-14:30</p> <p>疲労回復yoga RIE ～筋膜はがし～ ★ 16:00-17:00</p>
<p>27 (MON)</p> <p>リフレッシュピラティス Natsuki 10:30-11:30 ★★</p> <p>深呼吸ヨガ(脂肪燃焼) RIE 13:00-14:00 ★★～★★★★</p>	<p>28 (TUE)</p> <p>癒しのヨガ Key ～『和』を感じる～ ★★ 10:30-11:30</p> <p>疲労回復yoga RIE ～筋膜はがし～ ★ 17:00-18:00</p>	<p>29 (WED)</p> <p>股関節が柔らかくなるジョイトレ! RIE 10:30-11:30 ★★～★★★★★</p>	<p>30 (THU)</p> <p>リセットヨガ RIKU 10:30-11:30 ★★</p> <p>疲労回復yoga ¥1,500 RIE 13:00-14:00 ★★ 今月お得レッスン</p> <p>ワークアウト ★★★～★★★★ ～くびれ・腹筋・二の腕・美尻～ RIE 15:30-16:30</p> <p>深呼吸ヨガ(リラックス) RIE 19:30-20:30 ★★</p>	<p>31 (FRI)</p> <p>季節のリラックスヨガ TOMOKO 10:30-11:30 ★～★★ ¥1,500</p> <p>リセットヨガ RIKU 13:00-14:00 ★★</p> <p>『刻(時間)のyoga』 Sachiyo 20:00-21:00 ★～★★男性参加レッスン</p>	<p>Sintex®は、人間本来の自然な身体の運動や、心と身体の健やかさを取り戻すために誕生した背骨の調律エクササイズです。</p> <p>《ヨガ × Sintex®》 首・肩・腰の力みや緊張をとり、自律神経の乱れによる不調のケアにも最適なレッスンです。</p>	

赤い枠は夜レッスンです。