

					16(SAT)	17(SUN)
<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>LINE@でのご予約はこちらから ⇒ </p> <p>http://yogaosaka.jp/</p>					<p>ヨガの基礎</p> <p>リノ 10:30-11:30 ★~★★</p>	<p>ベーシックピラティス</p> <p>Hina 10:30-11:30 ★★</p>
					<p>ワークアウト ★★★</p> <p>～くびれ・腹筋・二の腕・美尻～</p> <p>RIE 15:30-16:30</p>	<p>はじめてのヨガ</p> <p>MIYA 13:00-14:00 ★★</p>
					<p>夜のリラックスtime</p> <p>美ヨガ45分 + 岩盤浴30分</p> <p>17:30-18:45</p>	
18(MON)	19(TUE)	20(WED)	21(THU)	22(FRI)	23(SAT)	24(SUN)
<p>リフレッシュピラティス</p> <p>Natsuki 10:30-11:30 ★★</p>	<p>ヨガの基礎</p> <p>リノ 10:30-11:30 ★~★★</p>	<p>バレエストレッチ</p> <p>Natsuki 10:30-11:30 ★~★★</p>	<p>リセットヨガ</p> <p>RIKU 10:30-11:30 ★★</p>	<p>朝のリラックスtime</p> <p>美ヨガ45分 + 岩盤浴30分</p> <p>10:30-11:45</p>	<p>ベーシックピラティス</p> <p>Hina 10:30-11:30 ★★</p>	<p>はじめてのヨガ</p> <p>MIYA 10:30-11:30 ★★</p>
<p>リセットヨガ</p> <p>RIKU 13:00-14:00 ★★</p>			<p>ワークアウト ★★★</p> <p>～くびれ・腹筋・二の腕・美尻～</p> <p>RIE 13:00-14:00</p>	<p>ワークアウト ★★★</p> <p>～くびれ・腹筋・二の腕・美尻～</p> <p>RIE 13:00-14:00</p>	<p>はじめてのヨガ</p> <p>MIYA 13:00-14:00 ★★</p>	<p>『刻(時間)のyoga』 90分レッスン</p> <p>～五感 five senses～ ★~★★</p> <p>Sachiyo 13:00-14:30</p>
<p>ワークアウト ★★★</p> <p>～くびれ・腹筋・二の腕・美尻～</p> <p>RIE 15:00-16:00</p>	<p>昼のリラックスtime</p> <p>ジョイトレ! 45分+岩盤浴30分</p> <p>RIE 15:00-16:15</p>		<p>ヨガ × Sintex®</p> <p>momoko 15:00-16:00 ★★</p>		<p>ワークアウト ★★★</p> <p>～くびれ・腹筋・二の腕・美尻～</p> <p>RIE 15:00-16:00</p>	<p>昼のリラックスtime</p> <p>筋膜リリース45分 + 岩盤浴30分</p> <p>15:30-16:45</p>
<p>ヨガの基礎</p> <p>リノ 19:30-20:30 ★~★★</p>	<p>ワークアウト ★★★</p> <p>～くびれ・腹筋・二の腕・美尻～</p> <p>RIE 19:30-20:30</p>		<p>夜のリラックスtime</p> <p>筋膜リリース45分 + 岩盤浴30分</p> <p>19:30-20:45</p>	<p>『刻(時間)のyoga』</p> <p>Sachiyo 19:30-20:30 ★~★★</p>		
25(MON)	26(TUE)	27(WED)	28(THU)	29(FRI)	30(SAT)	
<p>リフレッシュピラティス</p> <p>Natsuki 10:30-11:30 ★★</p>	<p>疲労回復yoga</p> <p>RIE ~筋膜はがし~ ★ 10:30-11:30</p>		<p>リセットヨガ</p> <p>RIKU 10:30-11:30 ★★</p>	<p>ボディメイクyoga</p> <p>RIE 10:30-11:30 ★★</p>	<p>朝のリラックスtime</p> <p>美ヨガ45分 + 岩盤浴30分</p> <p>10:30-11:45</p>	
<p>ヨガの基礎</p> <p>リノ 13:00-14:00 ★~★★</p>	<p>昼のリラックスtime</p> <p>筋膜リリース45分 + 岩盤浴30分</p> <p>13:00-14:15</p>		<p>ヨガ × Sintex®</p> <p>momoko 15:00-16:00 ★★</p>	<p>ワークアウト ★★★</p> <p>～くびれ・腹筋・二の腕・美尻～</p> <p>RIE 13:00-14:00</p>		
<p>ワークアウト ★★★</p> <p>～くびれ・腹筋・二の腕・美尻～</p> <p>RIE 15:00-16:00</p>	<p>ワークアウト ★★★</p> <p>～くびれ・腹筋・二の腕・美尻～</p> <p>RIE 19:30-20:30</p>		<p>ヨガの基礎</p> <p>リノ 19:30-20:30 ★~★★</p>	<p>『刻(時間)のyoga』</p> <p>Sachiyo 19:30-20:30 ★~★★</p>	<p>ワークアウト ★★★</p> <p>～くびれ・腹筋・二の腕・美尻～</p> <p>RIE 15:00-16:00</p>	
<p>夜のリラックスtime</p> <p>美ヨガ45分 + 岩盤浴30分</p> <p>19:30-20:45</p>						

リラックスtimeの時間変更 : レッスン30分⇒レッスン45分・岩盤浴60分⇒岩盤浴30分