

《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。

LINE@でのご予約は

こちらから ⇒



<http://yogaosaka.jp/>

			16(THU)	17(FRI)	18(SAT)	19(SUN)
			リセットヨガ RIKU 10:30-11:30 ★★	朝のリラックスtime 美ヨガ45分 + 岩盤浴30分 RIE 10:30-11:45	気まぐれyoga RIE 10:30-11:30 ★~★★	ベーシックピラティス Hina 10:30-11:30 ★★
			ヨガ × Sintex® momoko 15:00-16:00 ★★	ワークアウト ★★★ ~くびれ・腹筋・二の腕・美尻~ RIE 15:00-16:00	ヨガの基礎 リノ 14:00-15:00 ★~★★	『刻(時間)のyoga』 90分レッスン ~五感 five senses~ ★~★★ Sachiyo 13:00-14:30
			ワークアウト ★★★ ~くびれ・腹筋・二の腕・美尻~ RIE 19:30-20:30	『刻(時間)のyoga』 Sachiyo 19:30-20:30 ★~★★	温活！セルフケアyoga MIYA 15:00-16:00 ★★	昼のリラックスtime 美ヨガ45分 + 岩盤浴30分 RIE 15:30-16:45
20(MON)	21(TUE)	22(WED)	23(THU)	24(FRI)	25(SAT)	26(SUN)
ワークアウト ★★★ ~くびれ・腹筋・二の腕・美尻~ RIE 10:30-11:30	朝のリラックスtime 美ヨガ45分 + 岩盤浴30分 RIE 10:30-11:45	持ち込み岩盤浴 フリータイム(最大2時間) 11:00~21:00 ¥1,500 プラス¥500で 手ぶら岩盤浴可 ご予約は前日まで 当日のご利用は お問い合わせください	朝のリラックスtime ストレッチ45分 + 岩盤浴30分 RIE 10:30-11:45	朝のリラックスtime 筋膜リリース45分 + 岩盤浴30分 10:30-11:45	気まぐれyoga RIE 10:30-11:30 ★~★★	ベーシックピラティス Hina 10:30-11:30 ★★
昼のリラックスtime 美ヨガ45分 + 岩盤浴30分 RIE 15:00-16:15	ワークアウト ★★★ ~くびれ・腹筋・二の腕・美尻~ RIE 15:00-16:00		ヨガ × Sintex® momoko 15:00-16:00 ★★	ワークアウト ★★★ ~くびれ・腹筋・二の腕・美尻~ RIE 13:00-14:00	ヨガの基礎 リノ 13:00-14:00 ★~★★	ワークアウト ★★★ ~くびれ・腹筋・二の腕・美尻~ RIE 13:00-14:00
夜のリラックスtime ストレッチ45分 + 岩盤浴30分 RIE 19:00-20:15	ヨガの基礎 リノ 19:30-20:30 ★~★★		夜のリラックスtime RIE TRFダンササイズ45分 + 岩盤浴30分 19:30-20:45	『刻(時間)のyoga』 Sachiyo 19:30-20:30 ★~★★		昼のリラックスtime 美ヨガ45分 + 岩盤浴30分 RIE 15:00-16:15
27(MON)	28(TUE)	29(WED)	30(THU)	31(FRI)		
ワークアウト ★★★ ~くびれ・腹筋・二の腕・美尻~ RIE 10:30-11:30	ヨガの基礎 リノ 10:30-11:30 ★~★★	持ち込み岩盤浴 フリータイム(最大2時間) 11:00~21:00 ¥1,500 プラス¥500で 手ぶら岩盤浴可 ご予約は前日まで 当日のご利用は お問い合わせください	朝のリラックスtime 筋膜リリース45分 + 岩盤浴30分 10:30-11:45	朝のリラックスtime 美ヨガ45分 + 岩盤浴30分 RIE 10:30-11:45		
昼のリラックスtime ストレッチ45分 + 岩盤浴30分 RIE 15:00-16:15	昼のリラックスtime 美ヨガ45分 + 岩盤浴30分 RIE 15:00-16:15		ヨガ × Sintex® momoko 15:00-16:00 ★★	ワークアウト ★★★ ~くびれ・腹筋・二の腕・美尻~ RIE 15:00-16:00		
夜のリラックスtime 美ヨガ45分 + 岩盤浴30分 RIE 19:30-20:45	ワークアウト ★★★ ~くびれ・腹筋・二の腕・美尻~ RIE 19:30-20:30		ヨガの基礎 リノ 19:30-20:30 ★~★★	『刻(時間)のyoga』 Sachiyo 19:30-20:30 ★~★★		