

16(MON)	17(TUE)	18(WED)	19(THU)	20(FRI)	21(SAT)	22(SUN)
朝のリラックスtime 美ヨガ45分 + 岩盤浴30分 RIE 9:00-10:15	美尻ヨガ Michi 10:30-11:30 ★★~★★★	朝のリラックスtime ヨガ45分 + 岩盤浴30分 Coo 9:00-10:15	朝のリラックスtime リノ ベーシックヨガ45分+岩盤浴30分 10:30-11:45	朝のリラックスtime RIE 股関節リセット45分 + 岩盤浴30分 9:00-10:15	朝のリラックスtime 多美子 ヨガ45分 + 岩盤浴30分 10:30-11:45	朝のリラックスtime 多美子 ヨガ45分 + 岩盤浴30分 9:00-10:15
昼のリラックスtime RIE パレトン45分 + 岩盤浴30分 13:00-14:15		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	昼のリラックスtime RIE 股関節リセット45分 + 岩盤浴30分 13:00-14:15	朝のリラックスtime MIYA 温活ヨガ45分+岩盤浴30分 10:30-11:45	持ち込み岩盤浴 フリータイム(最大2時間) 12:00~16:00 ¥1,500 プラス¥500で 手ぶら岩盤浴可	昼のリラックスtime リノ ベーシックヨガ45分+岩盤浴30分 12:00-13:15
夜のリラックスtime RIE 股関節リセット45分 + 岩盤浴30分 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		リンパyoga Michi 19:30-20:30 ★~★★	持ち込み岩盤浴 フリータイム(最大2時間) 12:00~14:00 16:00~18:00	夜のリラックスtime RIE 股関節リセット45分 + 岩盤浴30分 17:00-18:15	持ち込み岩盤浴 フリータイム(最大2時間) 14:00~18:00 ¥1,500 プラス¥500で 手ぶら岩盤浴可
23(MON)	24(TUE)	25(WED)	26(THU)	27(FRI)	28(SAT)	29(SUN)
朝のリラックスtime ヨガ45分 + 岩盤浴30分 Coo 9:00-10:15	リンパyoga Michi 10:30-11:30 ★~★★	朝のリラックスtime 美ヨガ45分 + 岩盤浴30分 RIE 9:00-10:15	朝のリラックスtime RIE パレトン45分 + 岩盤浴30分 10:30-11:45	朝のリラックスtime RIE 股関節リセット45分 + 岩盤浴30分 9:00-10:15	朝のリラックスtime RIE パレトン45分 + 岩盤浴30分 10:30-11:45	朝のリラックスtime 多美子 ヨガ45分 + 岩盤浴30分 9:00-10:15
昼のリラックスtime RIE 股関節リセット45分 + 岩盤浴30分 13:00-14:15		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	昼のリラックスtime RIE 股関節リセット45分 + 岩盤浴30分 13:00-14:15	ワークアウト ★★~★★★ 〜くびれ・腹筋・二の腕・美尻〜 RIE 13:00-14:00	昼のリラックスtime KANAKA 筋膜リリース45分 + 岩盤浴30分 13:00-14:15	昼のリラックスtime リノ ベーシックヨガ45分+岩盤浴30分 12:00-13:15
夜のリラックスtime RIE パレトン45分 + 岩盤浴30分 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		美尻ヨガ Michi 19:30-20:30 ★★~★★★	ベーシック ピラティス Hina 19:30-20:30 ★★	貸切イベント(レッスン60分) RIE 15:00-17:00 参加費:3500円	持ち込み岩盤浴 フリータイム(最大2時間) 14:00~18:00 ¥1,500 プラス¥500で 手ぶら岩盤浴可
30(MON)	31(TUE)	<p>《岩盤レッスンのご案内》</p> <p>【朝・昼・夜のリラックスtime】とは 強度★~★★★ 各レッスン45分、あとは岩盤浴30分間 岩盤浴は、お好きなタイミングで退出可能です。 LINE@でのご予約 体の芯から温まり、デトックス&リラックス効果を最大限に高めます。 遠慮なく休憩をしていただいても構いません。</p> <p>~~~~~</p> <p>股関節リセット (リラックスtime45分レッスン) ★代謝を上げたい方 ★腰痛に悩まされる方 ★ヨガをするためにカラダを柔らかくしたい方 ★美脚・美尻になりたい方 オススメレッスン!</p>			<p>《ご予約について》 http://yogaosaka.jp/ ご予約は前日までをお願いいたします。 当日予約をご希望の場合は、公式LINEからお問い合わせをお願いいたします。</p> <p>《キャンセルについて》 午前中スタートのレッスンは前日までのキャンセルをお願いいたします。その他のレッスンは、開始時間の3時間前を過ぎてからのキャンセルは、お一人様につき2,000円のキャンセル料が発生します。 チケット・回数券お持ちの場合はレッスン1回分を消化させていただきますので、ご了承ください。 ・やむを得ない事情でキャンセルされる場合は、レッスン開始の3時間前までにご連絡をお願いいたします。</p>	
朝のリラックスtime 美ヨガ45分 + 岩盤浴30分 RIE 9:00-10:15	美尻ヨガ Michi 10:30-11:30 ★★~★★★					
夜のリラックスtime RIE 股関節リセット45分 + 岩盤浴30分 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					



LINE@でのご予約