

さまざまなライフスタイルに合わせた通い方ができるカリキュラムです

SCHEDULE May.2022~

	Mon.	Tue.	Wed.	Thu.	Fri.	Sat.	Sun.
10:00						10:00-11:10 ♥ アロマこころ ヨガ Mako	
11:00		10:30-11:40 ♥ リフレッシュ アロマヨガ Midori マタニティ可↑	10:30-11:40 ♥ 体が硬い人の ためのヨガ Rumiko マタニティ可↑		10:30-11:40 ♥ めぐり アロマヨガ Akane マタニティ可↑		11:00-12:10 ♥ ヒーリング アロマヨガ Saori
12:00		12:00-13:10 ♥ 初めての ピラティス Midori	12:00-13:10 骨盤を整える ヨガ Rumiko		12:00-13:10 しなやかボディ アロマヨガ Akane	11:30-12:40 アナトミック 骨盤ヨガ® Mako	12:30-13:40 ボディバランス ヨガ Saori
13:00	13:00-14:10 ♥ アロマストレッチ &ヨガ Ayumi						
14:00		初めての方でも安心！ 講師がやさしく教えます。			ヨガ・ピラティス 豊富なレッスン内容		
15:00	14:30-15:40 アロマ デトックスヨガ Ayumi			14:50-16:00 BODYBOSS (3名定員) Mako ↑※別途ticket要		14:00-15:10 ボディメイク ピラティス Yukari	パーソナル ご予約可
16:00			水素水は 無料提供			15:30-16:40 ♥ 不調改善アロマ ピラティス Yukari	
17:00	1回のレッスン時間は たっぷり70分！				姿勢測定&パーソナル 空き時間にご予約可		
18:00						18:00-19:10 バランスヨガ &アロマ Eri	18:00-19:10 BODYBOSS (定員3名) Mako ↑5/29開催
19:00	18:30-19:40 ♥ リラックス ヨガ&アロマ Eri		18:30-19:40 コアビューティ ピラティス Mako	18:30-19:40 ♥ 温熱ヨガwith ハーブボール Yuko	パーソナル ご予約可		
20:00		パーソナル ご予約可					パーソナル ご予約可
21:00	20:00-21:10 脂肪が燃焼 アロマヨガ Eri		20:00-21:10 ♥ 季節のアロマ &ピラティス Mako	20:00-21:10 ヴィンヤサ ヨガ Yuko ↑第1・第3木曜 5日と19日開催	20:00-21:10 ボディメイク ピラティス Yukari ↑第2・第4金曜 13日と27日開催		
22:00		おしごと帰りでも 通えます					

♥♥…初めての方・ピギナーの方におすすめのレッスンです

Power & Relaxation Space
Beauty Bone

大阪市北区天神橋5-7-12 キングスコート7F

☎ 06-6809-7071

お電話の場合、レッスン中・接客中などで留守番電話対応の場合もございます。確認次第、ご連絡致しますので、メッセージをお願いします。

<ご予約について>

お客様の大切なお時間を無駄にしないように、ご予約のお客様を優先させて頂いております。お問い合わせ&ご予約メール: info@beauty-bone.com まで受付中♪