

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 Sep.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 開脚を目指す ヨガ Yuko ↑第2・4金曜 9日と23日開催	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 ♥ 温熱ヨガwith ハーブボール Yuko ↑第2・4金曜 9日と23日開催	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 ♥ リセット ヨガ Yul マタニティ可↑			ヨガ・ピラティス 豊富なレッスン内容			
14:00						14:00-15:10 ボディメイク ピラティス Yukari	
15:00	14:30-15:40 ハタヨガ ~プラティクス~ Yul	初めての方でも安心! 講師がやさしく教えます。		14:50-16:00 BODYBOSS (3名定員) Mako ↑※別途ticket要			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 ↑9/18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	18:50-20:00 ボディバランス ヨガ Saori ↑第2・4木曜 8日と22日開催	パーソナル ご予約可		
20:00		パーソナル ご予約可		20:20-21:30 ♥ ヒーリング アロマヨガ Saori ↑第2・4木曜 8日と22日開催			パーソナル ご予約可
21:00	20:00-21:10 脂肪燃焼 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 ボディメイク ピラティス Yukari ↑第1・3・5金曜 2日と16日と30日 に開催		
22:00		おしごと帰りでも 通えます					♥♥…初めての方・ビギナーの方 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♪