

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 Jan.2023~

	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 ♥ 肩甲骨をほぐす アロマヨガ Yuko 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 ♥ 優しいアロマ ピラティス Maki ↑第2・4金曜 13日と27日開催	11:30-12:40 アナトミック 骨盤ヨガ® Mako	11:00-12:10 ♥ ヒーリング アロマヨガ Saori
12:00		12:00-13:10 開脚を目指す アロマヨガ Yuko マタニティ可↑	12:00-13:10 骨盤を整える ヨガ Rumiko		12:00-13:10 リラックス& ピラティス Maki ↑第2・4金曜 13日と27日開催		12:30-13:40 ボディバランス ヨガ Saori
13:00	13:00-14:10 ♥ ゆるめる リラックスヨガ Chlaki 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 全身めぐり改善 フローヨガ Chlaki	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		15:30-16:40 ♥ 不調改善アロマ 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				
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	
19:00	18:30-19:40 ♥ リラックス ヨガ&アロマ Eri		18:30-19:40 コアビューティー ピラティス Mako	18:50-19:40 ♥ 身体を温める アロマヨガ Saori ↑第2・4木曜 12日と26日	パーソナル ご予約可		
20:00		パーソナル ご予約可		20:00-21:30 代謝アップ アロマヨガ Saori ↑第2・4木曜 12日と26日	20:00-21:10 ボディメイク ピラティス Yukari ↑第1・3金曜 6日と20日に開催		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				
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♪