

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

Apr.2025~

	Mon.	Tue.	Wed.	Thu.	Fri.	Sat.	Sun.
9:00							♡♡…初めての方・ビギナーの方 におすすめのレッスンです。
10:00	パーソナル ご予約可	9:30-10:30 ♡ 朝ヨガ &アロマ Mako ※ご予約優先	マタニティ可↓ 10:30-11:30 ♡ ハートオープン ヨガ Mari ↑第2・3水曜 9日と16日開催	パーソナル ご予約可		10:00-11:00 ♡ アロマ陰陽 ヨガ Mako	
11:00		11:00-12:00 アライメント フローwithアロマ Mako ※ご予約優先			10:30-11:30 ♡ 美姿勢アロマ ピラティス 不定期開催 ※ご予約優先		11:00-12:00 ♡ 心身を整える アロマヨガ Michiko マタニティ可↑
12:00			12:00-13:00 コアトレ 美姿勢ヨガ Mari ↑第2・3水曜 9日と16日開催		12:00-13:00 体幹 ピラティス 不定期開催 ※ご予約優先	11:30-12:30 アナトミック 骨盤ヨガⓄ Mako	12:30-13:30 ボディ バランスヨガ Michiko
13:00	13:00-14:00 ♡ 美姿勢アロマ ピラティス Maki マタニティ可↑						
14:00							
15:00	14:30-15:30 体幹アロマ ピラティス Maki					14:00-15:00 ボディメイク ピラティス Yukari	
16:00							
17:00							
18:00							
19:00	18:30-19:30 筋力アップ アロマヨガ Haruna ※ご予約優先		18:30-19:30 コアピラティス &アロマ Mako		19:00-20:00 ♡ 心身を整える アロマヨガ Michiko ↑第1・3水曜 3日と17日開催	18:00-19:00 ♡ 肩首ゆるめる アロマヨガ Haruna ↑第1・3土曜 5日と19日開催	
20:00	20:00-21:00 ♡ 眠りのための アロマヨガ Haruna ↑月末の 月曜28日開催	パーソナル ご予約可	20:00-21:00 ♡ 季節のアロマ &ピラティス Mako				
21:00					20:00-21:00 ボディメイク ピラティス Yukari ↑2・4金曜 11日と25日開催		ヨガ・ピラティス 豊富なレッスン内容

水素水は
無料提供

初めての方でも安心！
講師がやさしく教えます。

冬は床暖房で
足元ポカポカ♫

パーソナル
ご予約可

姿勢測定&パーソナル
空き時間にご予約可

お仕事の帰りに
通えます☆

パーソナル
ご予約可

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、ご予約のお客様を優先させて頂いております。お問い合わせとご予約は：info@beauty-bone.comで受付中♪