

MON		TUE		WED		THU		FRI		SAT		SUN			
A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B		
		07:30～08:30 ウェイクアップ (ヨガ フローⅠ) ミカコ		OSAKAスタジオ店休日のお知らせ 5月1日（水）は店休日とさせていただきます。 5月2日(木),5月3日(金),5月6日(月)は祝日スケジュールとなります。						09:30～10:45🕒 ヨガボディⅠ カナ					
10:30～11:45 ヨガフローⅠ ミュコ	11:30～12:45 マタニティ・ ヨガ ※6日は休講 マミ	11:00～12:00🕒 ビューティ・ ベルヴィス ミホ	10:30～11:45🕒 ヨガボディⅠ アツコ	11:00～12:00🕒 体幹コントロール ピラティスⅠ ノリコ		10:30～11:45 アロマヨガフローⅠ ミカコ		11:00～12:15🕒 ヨガボディⅠ マミ		11:00～12:00🕒 アロマヨガ リラックス カナコ		10:00～11:00🕒 体幹コントロール ピラティスⅠ 12日)体幹コントロール ピラティスⅡ ノリコ	10:00～11:15 26日) ヨガフローⅠ リー		
12:00～13:15🕒 ヨガボディⅠ カナ		12:30～13:30🕒 体幹コントロール ピラティスⅠ ナミ		12:30～13:30🕒 ホッと一息ヨガ ハルナ	12:15～13:30 ヨガボディⅡ カナコ	12:00～13:00🕒 9,23日)体幹コントロールピ ラティスⅠ 16日) はじめてのピラティス 30日)体幹コントロール ピラティスⅡ エミ	12:00～13:15 ヨガフローⅡ ミネコ	12:30～13:30🕒 ビューティ・ ベルヴィス アイコ		12:30～13:30🕒 ビューティ・ ベルヴィス ミュキ	12:15～13:30 4日) ヨガボディⅡ ミネコ ※月1回開催 次回は6/1	11:30～12:30🕒 ヨガリラックス 19日)はじめてのヨガ 🕒 ミホ			
13:45～14:45🕒 体幹コントロール ピラティスⅠ フミ				13:45～15:00🕒 ヨガボディⅠ ミカコ		13:30～14:45 ヨガボディⅠ🕒 9,23日)ヨウ 16日)サキ 30日)ミネコ			13:30～14:30 産後リカバリー・ ヨガ マミコ	14:00～15:00🕒 体幹コントロール ピラティスⅠ 18日)体幹コントロー ルピラティスⅡ スミヨ	14:00～15:15🕒 25日) メンズヨガ (男性限定) ヨガボディⅠ マスマ ※月1回開催	13:00～14:15 ヨガフローⅡ チエ			
		14:00～15:00🕒 ヨガリラックス ミュコ		*5月開催のワークショップ* 5月10(金)18:30-21:30 ◇講師：キャット・マッカーシー先生 ヨガと共感コミュニケーション（NVC）についての基礎知識を学ぶ 5月11(土)10:00～17:00【下半身へのフォーカス】 5月12日(日)10:00～17:00【背中と脊柱へのフォーカス】 ◇講師：キャット・マッカーシー先生 解剖学を体現するセラピューティック 2019年5月17日（金）18:30-20:00 ◇講師：kyo先生 美姿勢＆美顔 骨盤はすべての要です！ ～ビューティ・ベルヴィス大解剖～プログラムディレクターkyo直接指導 5月26日(日)14:30～16:00 ◇講師：リー先生 ＜動spanda＞空（くう）の意識×ヨガ×お香 ～プラーナ（生命エネルギー）と戯れるヨガ～				15:30～16:30🕒 ビューティ・ ベルヴィス ミュキ		14:00～15:00🕒 姿勢改善ピラティス ナミ		15:30～16:45 4,18日) ヨガフローⅠ 11,25日) ヨガフローⅡ ジュリ		14:45～15:45🕒 体幹コントロールピラ ティスⅠ 12日) はじめてのピラティス エミ	
5月にイベント・プロモーションクラス 「ほっと一息ヨガ」がOSAKAにて開催されます。 毎週火曜日 20:15- サトミ先生 毎週水曜日 12:30- ハルナ先生								15:00～16:00 10,24日) ママヨガ マミコ		17:00～18:15🕒 ヨガボディⅠ シイナ		16:15～17:30 アロマヨガ フローⅠ アツコ			
										18:30～19:30 4,18日)ヨガニドラー 🕒 サトミ		17:45～19:00🕒 ヨガボディⅠ ヒトミ			
18:30～19:30🕒 ヨガリラックス ミカコ	18:30～19:30🕒 体幹コントロール ピラティスⅠ 27日)代謝アップピラ ティスⅠ エミ	18:45～19:45🕒 7,21日) ビューティ・ ベルヴィス 14,28日) ベルヴィス・ フロードانس ナナエ	18:45～20:00🕒 ヨガボディⅠ ミホ	18:30～19:45 ヨガフローⅠ カナ	18:30～19:30 15,29日)🕒 体幹コントロール ピラティスⅠ 8,22日)体幹コントロール ピラティスⅡ スミヨ	18:45～20:00 16,30日) ヨガフローⅠ 9,23日)🕒 ヨガボディⅠ チエ	19:00～20:00🕒 代謝アップ ピラティスⅠ ナミ	18:45～19:45🕒 アロマヨガ リラックス ※10日は休講 アカリ	18:30～19:30🕒 体幹コントロールピ ラティスⅠ ※17日は休講 レイコ	*5月2日（木・祝）スケジュール* 10：30～11：45 ヨガ フローⅠ ミカコ 12：00～13：00 体幹コントロールピラティスⅠ 🕒 エミ 13：30～14：45 ヨガ フローⅡ ミネコ 15：15～16：15 ヨガ リラックス 🕒 チエ *5月3日（金・祝）スケジュール* 11：00～12：15 ヨガ ボディⅠ 🕒 マミ 12：30～13：30 ベルヴィス・フロードانس ナナエ 14：00～15：00 体幹コントロールピラティスⅠ 🕒 ナミ 15：30～16：45 アロマヨガ フローⅠ アツコ *5月6日（月・祝）スケジュール* 10：30～11：45 ヨガ フローⅠ ミュコ 12：15～13：15 体幹コントロールピラティスⅠ 🕒 フミ 13：45～15：00 ヨガ ボディⅠ 🕒 マミ 15：30～16：30 ヨガニドラー 🕒 ミホ ※5月4日(土)、5日(日)は通常通りになります。					
19:45～21:00 20日)🕒 ヨガボディⅠ 13,27日) ヨガボディⅡ マスマ		20:15～21:15🕒 ホッと一息ヨガ サトミ		20:00～21:15🕒 ヨガボディⅠ ミネ	20:00～21:15 8,22日) ヨガ メディテーション カナ	20:15～21:15 9日)ヨガ フローⅠ キャット・マッカーシ (※9日は20:15～21:30です) 16日) 筋膜ストレッチ🕒 へくびれ 30日)ビューティ・ ベルヴィス🕒 ※2,9,23日は休講 ミュキ		20:00～21:15 17,31日) ヨガボディⅡ 10,24日)🕒 ヨガボディⅠ マスマ							