

「お稽古」体験レッスン※2,000円→今月はペア体験お二人で**2,500円!**参加OK★(マーク)
 タイマッサージ体験&相談120分 9,450円/**お得な今月のキャンペーンもご利用頂けます!**
 ご予約《E-mail》info@om-namo.jp《TEL》050-1411-6356 《URL》<http://www.om-namo.jp>

4月	30	5月1日	2	3	4	5	6
	mon	tue	wed	thu	fri	sat	sun
午前	GW集中講座 体験レッスン参加OK 10:00~15:00いつでも ※ご希望の時間を添えお申込み下さい。	GW集中講座 体験レッスン参加OK 10:00~15:00いつでも ※ご希望の時間を添えお申込み下さい。	8:15(75H) 朝ヨガ 9:45(75H) オナモヨガ 11:15~スクール個別相談&体験	GW集中講座 体験レッスン参加OK 10:00~15:00いつでも ※ご希望の時間を添えお申込み下さい。	GW集中講座 体験レッスン参加OK 10:00~15:00いつでも ※ご希望の時間を添えお申込み下さい。	GW集中講座 体験レッスン参加OK 10:30~15:30いつでも ※ご希望の時間を添えお申込み下さい。	10:30(75H) オナモヨガ 12:15(60H) プライベートレッスン
午後			GW集中講座 体験レッスン参加OK 13:00~18:00いつでも ※ご希望の時間を添えお申込み下さい。				GW集中講座 体験レッスン参加OK 13:30~18:30いつでも ※ご希望の時間を添えお申込み下さい。
夜間		タイマッサージ施術 体験ご予約可能 19:45(60H) ウエーブ ストレッチ		タイマッサージ施術 体験ご予約可能	タイマッサージ施術 体験ご予約可能	タイマッサージ施術 体験ご予約可能	
5月	7	8	9	10	11	12	13
	mon	tue	wed	thu	fri	sat	sun
午前	10:00-12:30 タイマッサージ講座 (中級2 1-①)体験OK		8:15(75H) 朝ヨガ 9:45(75H) オナモヨガ 11:15~スクール個別相談&体験	10:00(60H) ルーシーダットン 11:15~スクール個別相談&体験		終日出張	10:30(75H) オナモヨガ 12:15(60H) プライベートレッスン
午後	13:30-16:00 タイマッサージ講座 (上級3 スマナ②)	タイマッサージ施術 体験ご予約可能	タイマッサージ施術 体験ご予約可能	タイマッサージ施術 体験ご予約可能	タイマッサージ施術 体験ご予約可能		タイマッサージ施術 体験ご予約可能
夜間	16:30-19:00 タイマッサージ講座 (上級4 頭痛)	19:45(60H) ウエーブ ストレッチ					
14	15	16	17	18	19	20	
	mon	tue	wed	thu	fri	sat	sun
午前	10:00-12:30 タイマッサージ講座 (初級1) 体験	タイマッサージ施術 体験ご予約可能	8:15(75H) 朝ヨガ 9:45(75H) オナモヨガ 11:15~スクール個別相談&体験	10:00(60H) ウエーブストレッチ 11:15~スクール個別相談&体験	10:00-12:30 タイマッサージ講座 (初級1) 体験	10:30-15:30 タイマッサージ講座 (上級4 検査法・症状緩和 頭痛)	10:30(75H) オナモヨガ
午後	タイマッサージ施術 体験ご予約可能	14:00-16:30 タイマッサージ講座 (初級1/1-①) 体験 可能	タイマッサージ施術 体験ご予約可能	タイマッサージ施術 体験ご予約可能	タイマッサージ施術 体験ご予約可能	タイマッサージ施術 体験ご予約可能	スクール練習会 & 無料説明会 12:00~14:30
夜間		19:45(60H) ルーシー ダットン		19:00-21:30 タイマッサージ講座 (初級1-①)体験			タイマッサージ施術 体験ご予約可能
21	22	23	24	25	26	27	
	mon	tue	wed	thu	fri	sat	sun
午前	10:00-12:30 タイマッサージ講座 (中級2 1-②)体験OK	タイマッサージ施術 体験ご予約可能	8:15(75H) 朝ヨガ 9:45(75H) オナモヨガ 11:15~スクール個別相談&体験	10:00(60H) ルーシーダットン 11:15~スクール個別相談&体験	10:00-12:30 タイマッサージ講座 (初級1) 体験	体験レッスン参加OK 10:30~15:30いつでも ※ご希望の時間を添えお申込み下さい。	10:30(75H) オナモヨガ 12:15(60H) プライベートレッスン
午後	13:30-16:00 タイマッサージ講座 (上級3 イタ・ピンカラ ①)	14:00-16:30 タイマッサージ講座 (初級1/1-②) 体験 可能	タイマッサージ施術 体験ご予約可能	タイマッサージ施術 体験ご予約可能	タイマッサージ施術 体験ご予約可能	タイマッサージ施術 体験ご予約可能	ご予約済み
夜間		19:45(60H) ウエーブ ストレッチ					
28	29	30	31	6月1日	2	3	
	mon	tue	wed	thu	fri	sat	sun
午前	10:00-12:30 タイマッサージ講座 (初級1) 体験		8:15(75H) 朝ヨガ 9:45(75H) オナモヨガ 11:15~スクール個別相談&体験	10:00(60H) ウエーブストレッチ 11:15~スクール個別相談&体験	10:00-12:30 タイマッサージ講座 (初級1)体験	10:30-15:30 タイマッサージ講座 (上級4 検査法・症状緩和 肩,1,2)	10:30(75H) オナモヨガ 12:15(60H) プライベートレッスン
午後	16:30-19:00 タイマッサージ講座 (上級4 肩①)	タイマッサージ施術 体験ご予約可能	タイマッサージ施術 体験ご予約可能	タイマッサージ施術 体験ご予約可能	タイマッサージ施術 体験ご予約可能	タイマッサージ施術 体験ご予約可能	13:30-18:30 タイマッサージ講座 (中級1-①②) 体験レッスン参加OK 13:30~18:30いつでも ※ご希望の時間を添えお申込み下さい。
夜間	19:00-20:30 女性の為のmoon yoga WS	19:45(60H) ルーシー ダットン		19:00-21:30 タイマッサージ講座 (初級1-②)体験			

定員: ヨガレッスンは、5名様までの少人数制で、個々に合わせた指導をしておりますので安心してお越しください。

(各レッスンの内容はサイト<http://www.om-namo.jp/yoga01.html>をご覧くださいませ。)

講座はお一人~6名迄の少人数制の丁寧な指導を行っております。

施術は広い空間をお一人又はお友達とペアでご利用頂けます。ゆったりくつろいで下さい。

ヨガレッスン料金: 通常2,840円(初回2,000円)/1レッスン ※お得な回数券もご用意しております。4回綴り(3か月有効)10,500円(2,500円/回)

※6月よりチケットシステムが変わります。入会金3,000円。施術にもご利用可能。有効期限2カ月。(5月中は入会金なし)

ご予約: 完全予約制です。前日19時までメール又はTELにてご連絡お願いいたします。

注意事項: ①体調の見極めなど、ご自身の責任においてご参加くださいませ。

②キャンセルは事前に必ずご連絡をお願いいたします。ご連絡のない場合はキャンセル料500円頂戴いたします。

③スケジュール、担当は変更する場合がございます。

④前のレッスン中は入室できません。レッスン15分前からのみの入室となります。

⑤当ビルは住居者がいらっしゃいますので、廊下はお静かにご利用くださいませ。

その他: ワークショップはチケットでご利用いただけます。詳しくは<http://www.om-namo.jp/school/>をご覧ください。

おススメの「お稽古」→<http://www.om-namo.jp/okeiko.html>