

あなたの健全で豊かな人生のために

Studio Lynx

～for your Wellness～

ホームページ：lynx-bms.com

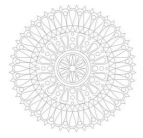
予約サイト：reserva.be/lynx

メールアドレス：lynx.bms8@gmail.com



2019年 5月	5/4 (土)	5/5★ (日)	5/6★ (月)	5/7 (火)	5/11 (土)	5/14 (火)	5/18 (土)	5/20★ (月)	5/21 (火)	5/25 (土)	5/27★ (月)	5/28 (火)
9:30-	9:30-10:30 A-Yoga グループ レッスン	9:30-10:30 パーソナル セッション	9:30-10:30 パーソナル セッション	9:30-10:30 パーソナル セッション	9:30-10:30 A-Yoga グループ レッスン	9:30-10:30 パーソナル セッション	9:30-10:30 A-Yoga グループ レッスン	9:30-10:30 パーソナル セッション	9:30-10:30 パーソナル セッション	9:30-10:30 A-Yoga グループ レッスン	9:30-10:30 パーソナル セッション	9:30-10:30 パーソナル セッション
11:00-	11:00-12:00 パーソナル セッション	11:00-12:00 A-Yoga グループ レッスン	11:00-12:00 A-Yoga グループ レッスン	11:00-12:00 A-Yoga グループ レッスン	11:00-12:00 パーソナル セッション	11:00-12:00 A-Yoga グループ レッスン	11:00-12:00 パーソナル セッション	11:00-12:00 A-Yoga グループ レッスン	11:00-12:00 A-Yoga グループ レッスン	11:00-12:00 パーソナル セッション	11:00-12:00 A-Yoga グループ レッスン	11:00-12:00 A-Yoga グループ レッスン
12:30-		12:30-14:30 A-Yoga 認定者向け	12:30-14:30 A-Yoga 認定者向け					12:30-14:30 A-Yoga 認定者向け				
13:00-	13:00-14:00 A-Yoga グループ レッスン	勉強会	勉強会	13:00-14:00 A-Yoga グループ レッスン	13:00-14:00 A-Yoga グループ レッスン	13:00-14:00 A-Yoga グループ レッスン	13:00-14:00 A-Yoga グループ レッスン	勉強会	13:00-14:00 A-Yoga グループ レッスン	13:00-14:00 A-Yoga グループ レッスン	13:00-14:00 A-Yoga グループ レッスン	13:00-14:00 A-Yoga グループ レッスン
15:00-	15:00-16:00 パーソナル セッション	15:00-16:00 パーソナル セッション	15:00-16:00 パーソナル セッション	15:00-16:00 パーソナル セッション	15:00-16:00 パーソナル セッション	15:00-16:00 パーソナル セッション	15:00-16:00 パーソナル セッション	15:00-16:00 パーソナル セッション	15:00-16:00 パーソナル セッション	15:00-16:00 パーソナル セッション	15:00-16:00 パーソナル セッション	15:00-16:00 パーソナル セッション
19:00- ※				19:00-20:00 A-Yoga グループ レッスン		19:00-20:00 A-Yoga グループ レッスン			19:00-20:00 A-Yoga グループ レッスン			19:00-20:00 A-Yoga グループ レッスン

★印のついた日程、そして19時からのレッスンはAshiya MBM Laboでの開催となります。 芦屋市船戸町7-5 プレシヤスコート205号室



Studio Lynxメニュー

～あなたの状況に応じて選べる2つのコースをご用意～

☆A-Yogaグループレッスン

定員5名の少人数制

じっくり体と心の状態に向き合い、
可能性を最大限まで引き出すお手伝いをいたします
自分の力で自分の体を整える
年齢、性別問わずご参加頂けます

60分 3500円

ヨガマットはこちらでご用意も致します
タオル、動きやすい服装、飲み物をお持ちください

プロフィール

山崎 あゆみ / Ayumi Yamazaki

A-Yogaと出会い、体を正しく動かすことが、
人の心の安定と変化をもたらすことを身をもって実感し、
心身に関わる日々を送ることを決断

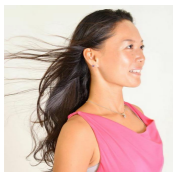
大人から子供まで年齢、性別問わずご利用いただけるスペースLynxをスタート
調和のとれた自然のように、私達も生き生きと暮らしたい
人と人、心と体、内と外などを”繋ぐ”お役目を頂けたら幸いです

2006年A-Yoga Mind and Body Movement Therapy修了

A-Yoga養成コースアシスタント講師

Source Point Therapy Practitioner

コーチング SCMAベーシック/アドバンスコース修了



☆パーソナルセッション

日々感じている痛み、不定愁訴、術後のケア
産前産後のケア、妊娠中のケア、肩こり腰痛ケア
お子様の集中力向上、パフォーマンス向上 etc

60分 7000円 (初回価格 5000円)

90分 10500円 (初回価格 8500円)

※ご家族など複数人数でのセッションや、
出張レッスンも対応しております(出張15000円～)

◇電車でお越しの方◇

阪急電車
芦屋川駅下車
西へ徒歩7分

JR
芦屋駅下車 徒歩15分
甲南山手駅 徒歩10分

◇近隣駐車場◇

リパークワイド芦屋西山町第3
芦屋市西山町4-3
1時間200円～100円

リパーク芦屋西山町第2
芦屋市西山町3-6
1時間300円～100円

場所：芦屋市立三条集会所

〒659-0087

兵庫県芦屋市三条町8-3

TEL:0797-35-0501