

ご予約はこちら



# 2月

【予約制】消毒・換気・少人数など引き続き対策中

友だち  
募集中

@376mvain



2月のイベント



**NEW**  
**2/8 日**  
14:00~17:00  
黄檗壳茶流  
お煎茶のお稽古体験

New 2月開講  
参加費：4500円  
お煎茶の教室が始まります。  
椅子に座ってのお点前、  
お茶の世界が  
広がります



**2/14 土**  
13:00~15:00  
春の養生  
経絡WS  
ツボ+ストレッチ+薬膳

第5回（最終回）  
参加費：5500円  
テーマは春の養生  
中医学をベースに  
ツボ押しストレッチや  
薬膳を解説します



**2/15 日**  
14:00~16:00  
京都西陣織の絹糸で  
糸かけ曼荼羅WS

参加費：3500円  
静かな心で  
一つ一つ糸を掛け  
美しい曼荼羅を作ります  
使用する糸は  
京都西陣織のシルク



**2/22 日**  
11:00~16:00  
おかげさまで7周年  
ココソレイユ感謝祭

<感謝の気持ちを込めて>  
★無料ミニリレーレッスン  
この機会に、  
気になるレッスンを  
ご体験ください♥  
★特別イベント企画中



定期開催中



**2/7 土 2/24 水**  
2026年4月より毎曜クラス開催  
きもののあとりえ～なづね～  
着付けレッスン

毎月開催  
【満員御礼】  
苦しくない  
着崩れない  
美しい  
人気のレッスン



**2/7 土**  
13:30~14:15 ボディ  
14:30~15:15 フェイス  
リンパケア道場

毎月開催  
参加費：2000円  
ゆるっとゆるめて  
引き上げる  
自分にやさしい  
リンパケア



**2/7 土**  
15:00~16:30  
JAZZボーカルWS

毎月開催  
参加費：3000円  
プロシンガー  
黒田ナオコ指導  
Jazzが好きなら  
初心者もOK



**2/10 水**  
10:15~12:15 日々のパン  
オープントースターで美味しく焼ける

隔月開催  
参加費：5000円  
簡単なのに  
冷めても美味しい  
パンレッスン



**2/16 月**  
10:00~16:00 毎月第3（月）  
ココマルシェ

毎月開催  
入場無料  
笑いとおしゃべりの  
にぎやかマルシェ  
2月の出店情報は  
裏面QRより



**2/16 月**  
17:00~19:00  
京都大覚寺発祥  
いけばな嵯峨御流

毎月開催  
参加費：5,500円  
体験：3,000円  
伝統のいけばなの  
基本にのっとって  
和の美しさを



**2/17 水**  
14:00~18:00  
好きなもの編む編む  
ニットカフェ

毎月開催  
参加費：500円  
ニット作家  
山ぶどう作家が指導  
材料はご持参ください  
お好きな時間にどうぞ



**2/21 土**  
14:00~16:00  
アイロニー認定  
フラワーLESSON

毎月開催  
参加費：9900円  
体験：8800円  
芦屋・南青山・パリに  
あるフローリスト  
<アイロニー>認定



**2/26 木**  
15:00~16:30  
大人の  
ダンスレッスン

毎月開催  
参加費：2000円  
毎回1曲  
サビを仕上げます  
40代~50代の  
ビギナーが参加中



**火午後**  
14:00~18:00 初回トライアル  
60分 8,800円  
くるしまちかげの  
筋膜リリース  
小顔リフトアップ

毎週火曜午後  
\*日時応相談  
初回：8800円  
通常90分：16000円  
重たいまぶたが  
すっきり



**(木)** 13:00~17:00  
60分 2500円  
アソシエーションティーデザイン・吉澤美子の  
『究極の洗顔術』

毎週木曜午後  
\*日時応相談  
「究極の洗顔術」  
60分2500円  
自己流を見直すだけで  
保湿力UP

あなたにピッタリがココにある ココソレイユ

080-5404-8484 坂の途中の黄色い洋館  
横浜市青葉区新石川2-13-18 グレイスビーノ401  
<https://cocosoleil.net> info@cocosoleil.net



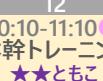
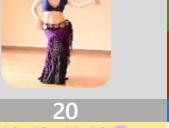
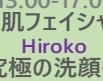
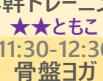
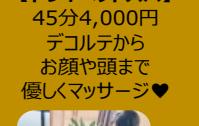
## 2026年2月スケジュール

★ゆったり動く

★★ちょっと汗かく

★★★しっかり動く

●子連れOK

月	火	水	木	金	土	日
みんなでハモリ部 第2&4(月) 17:30-18:45 体験1000円 月謝4,000円		うたすキッズ 小学生対象 第2&4(月) 16:30-17:30 体験1000円 月謝6,000円	大人の ピアノ 体験30分1000円 60分6000円 30分3000円 広瀬治代		JazzボーカルWS 毎月第1(土) 15:00-16:30 各回3000円 黒田ナオコ 毎月1曲 スタンダードを	9:00-10:00 モーニングフローヨガ ★★Tomoko 体験 ポール&ピラティス ★~★★Tomoko 12:00-13:00 タイマッサージ ドライヘッドスパ
Instagramは こちら 	9:00-10:00 めざめの朝ヨガ ★Yumi 10:30-11:45 陰ヨガ★~★★ Yumi	10:10-11:10 美姿勢ヨガ ★Mika 11:30-12:30 メンテナنسヨガ ★★Mika	10:10-11:10 体幹トレーニング ★★ともこ 11:30-12:30 骨盤ヨガ ★ともこ		9:00-10:00 ストレッチボール ★Mika 14:00-18:00 目もとスッキリ 切らずにパッチリ	9:00-10:00 経絡ストレッチ ★★Mika 10:30-11:30 ベーシックヨガ ★~★★Mika
		12:45-13:30 ストレッチボール ★Mika 14:00-18:00 目もとスッキリ 切らずにパッチリ	13:00-17:00 美肌フェイシャル Hiroko 「究極の洗顔術」 		着付けレッスン 10:30-12:30 なつ藤 13:30-14:30 リンパケア道場 井川十萌子 15:00-16:30 JazzボーカルWS 黒田ナオコ	お煎茶稽古の体験 14:00-16:00 小山晶霜 
9:00-10:00 めざめの朝ヨガ ★Yumi 10:30-11:45 陰ヨガ★~★★ Yumi	10:10-11:10 美姿勢ヨガ ★Mika 11:30-12:30 メンテナنسヨガ ★★Mika	10:10-11:10 体幹トレーニング ★★ともこ 11:30-12:30 骨盤ヨガ ★ともこ	10:10-11:10 ベリーダンス初級 Fumina 11:30-12:30 ベリーダンス超入門 Fumina	9:00-10:00 スライドボード&ストレッチ ★★★ともこ 10:30-11:30 ベーシックヨガ ★~★★ともこ 12:15-18:30 ピアノレッスン 広瀬治代 経絡WS 春 13:00-15:00 Mika	9:00-10:00 モーニングフローヨガ ★★Tomoko 10:30-11:30 ポール&ピラティス ★~★★Tomoko 12:00-13:00 タイマッサージ ドライヘッドスパ	
16:30うたすきっず 17:30みんなでハモリ部 Keiko	14:00-18:00 目もとスッキリ 切らずにパッチリ	18:30-19:30 経絡ストレッチ ★Mika	13:00-17:00 美肌フェイシャル Hiroko 「究極の洗顔術」 		14:00-16:00 フラワーアレンジメント 小山ちさ	糸掛け曼荼羅WS 14:00-16:00 Yoko 
10:00-16:00 Cocoマルシェ 入場無料 	9:00-10:00 めざめの朝ヨガ ★Yumi 10:30-11:45 陰ヨガ★~★★ Yumi	10:10-11:10 美姿勢ヨガ ★Mika 11:30-12:30 メンテナنسヨガ ★★Mika	10:10-11:10 体幹トレーニング ★★ともこ 11:30-12:30 骨盤ヨガ ★ともこ	10:10-11:10 ベリーダンス初級 Fumina 11:30-12:30 ベリーダンス超入門 Fumina	9:00-10:00 経絡ストレッチ ★★Mika 10:30-11:30 ベーシックヨガ ★~★★Mika 14:00-16:00 フラワーアレンジメント 小山ちさ	11:00-16:00 ココソレイユ 7周年 感謝祭 
17:30-19:00 いけばな嵯峨御流 山本敏甫	ニットカフェ 毎月開催 14:00-18:00 お好きな時間に	12:45-13:45 ストレッチボール ★★Mika 14:00-18:00 目もとスッキリ 切らずにパッチリ	13:00-17:00 美肌フェイシャル Hiroko 「究極の洗顔術」 			
14:00-15:15 氣と技 入門 Teru	9:00-10:00 めざめの朝ヨガ ★Yumi	10:10-11:10 美姿勢ヨガ ★Mika	10:10-11:10 体幹トレーニング ★★ともこ	10:10-11:10 ベリーダンス初級 Fumina 11:30-12:30 ベリーダンス超入門 Fumina	9:00-10:00 スライドボード&ストレッチ ★★★ともこ 10:30-11:30 ベーシックヨガ ★~★★ともこ	
15:30-16:45 氣と技 初級 Teru	10:30-11:45 陰ヨガ★~★★ Yumi	11:30-12:30 メンテナنسヨガ ★★Mika	11:30-12:30 骨盤ヨガ ★ともこ			
16:30うたすきっず 17:30みんなでハモリ部 Keiko	着付けレッスン 14:30-16:30 なつ藤	12:45-13:45 ストレッチボール ★★Mika 14:00-18:00 目もとスッキリ 切らずにパッチリ	13:00-17:00 美肌フェイシャル Hiroko 「究極の洗顔術」 			
施術の ご予約は こちら	レッスン・講座の ご予約は こちら	担当: Shinobu 【脂肪分解】 90分 10,000円 ★会員特別価格	担当: Madoka 【眉スタイリング】 HBL 6,800円 眉ワックス メイクレッスン	担当: Tomoko 【ドライヘッドスパ】 45分4,000円 デコルテから お顔や頭まで 優しくマッサージ♥	担当: Tomoko 【タイマッサージ】 60分6,000円 90分9,000円 ★会員限定 2,000円OFF	担当: Recia 【切らずにぱっちり】 初回体験 8,800円 90分16,000円 
						

# レッスン料金



担当 : Shinobu  
【脂肪分解】  
90分 10,000円  
★会員特別価格



担当 : Madoka  
【眉スタイリング】  
HBL 6,800円  
眉ワックス  
メイクレッスン



担当 : Tomoko  
【ドライヘッドスパ】  
45分4,000円  
デコルテから  
お顔や頭まで



担当 : Tomoko  
【タイムセイフ】  
60分6,000円  
90分9,000円  
★会員限定



担当 : Recia  
【切らずにはっかり】  
初回体験 8,800円  
90分16,000円



**初回体験 1,100円  
入会金 5,500円  
\*体験当日のご入会で  
入会金半額**

ご予約はこち  
ら  
\*レッスン2時間前まで

