

8月

ご予約はこちら



【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



8/8 土 | 参加費 4500円
13:00-15:00 | 講師 小山晶霜
募集人数 4名
**黄檗売茶流
夏のお煎茶体験**

【氷たっぷり夏のお煎茶WS】
参加費：4500円（お茶、お菓子付き）
講師：小山晶霜
浴衣でご参加、大歓迎
★KIMO活部が着付けをお手伝いします



8/9 日 | 参加費 3500円
10:00-11:30 | 講師 伊能竜之介
募集人数 8名
**やさしい
バランスボール**

【ココソレイユ初開催】
参加費：3500円
講師：伊能竜之介
持物：飲み物、タオル、お着換え
★バランスボールはご用意します



8/29 土 | 講師 窪田かな
料金 4,500円
募集人数 8名
**更年期女性のための
ハーブ療法vol.2**

【ホルモンバランスに悩みの方へ】
参加費：4500円（テキスト、
ハーブティー、ロウソク付き）
講師：窪田かな
★今回は「髪」、「次回は「肌」



8/1 土 | 参加費 3000円
15:00-16:30 | 講師 黒田ナオコ
募集人数 4名
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
9/13（日）発表会決定



8/10&24 月 | 月謝 6500円
16:30-17:30 | 小学生対象
体験 2000円
うたすキッズ

第2&4月曜
★うたすキッズ お月謝6,500円
★みんなでハモリ部 お月謝4,500円
講師：Keiko（元ハモネプ審査員）
10/12（月）発表会



8/10&24 月 | 月謝 4500円
17:30-18:45 | 単発 3000円
体験 1500円
みんなでハモリ部



8/17 月 | 入場無料
10:00-16:00 | ご予約不要
ココマルシェ

第3月曜
入場無料
笑いとおしゃべりの
にぎやかマルシェ



8/18 火 | 出入り自由
14:00-18:00 | 参加費 500円
膝のバンダ 500円
ニットカフェ

第3火曜
参加費：500円
ニット作家がアドバイス
山ぼうどうや膝の
アクセサリーも作れます



8/27 木 | 参加費 2000円
15:00-16:30 | 募集人数 8名
大人のダンスLesson

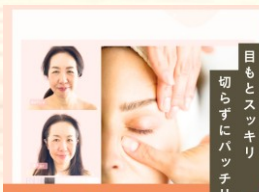
参加費：2000円
毎回1曲、
懐かしい曲のサビを
踊ります
イントラ：REONA



(木) 13:00-17:00 | 60分 2000円
アルソアビューティケアアドバイザー 高橋美子の
『究極の洗顔術』
アルソアアクティーンシルバー60gを進呈

毎週（木）午後
60分：2,000円
スキンケアの基本は
「洗う」こと。
究極の洗顔術は、
どんな肌も
自然治癒力を高めます。
※アルソアの洗顔石鹸
60gを進呈、その日から
気持ちいい泡洗顔が
始められます
Hiroko

★ココソレイユでは勧誘販売は行っておりません。
実際に体験して、良いと思ったものだけをご紹介します。
安心してご体験ください。



(火) 午後
14:00-18:00 60分 8,800円
くるしまちかけの
**筋膜リリース
小顔リフトアップ**

毎週（火）午後
初回：6600円
通常90分：16000円
★リピート割あり
【切らずにパッチリ】
体質診断で選ぶアロマ
×筋膜リリース。
クーラーの冷えむくみ
を、小顔&目もとケア
で抜いていきます。
Recia

無料モニター
募集中

タイ古式
マッサージ



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



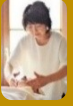
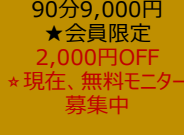
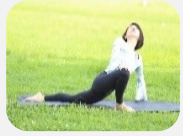
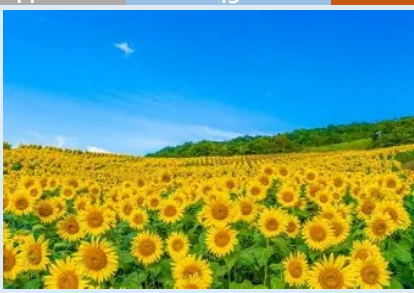
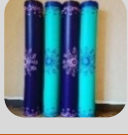
2026年8月スケジュール

★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
担当：Recia 【切らずにぱっちり】 初回体験 6,600円 90分16,000円 	担当：Hiroko 【美肌ブッシュフェイシャル】 90分4,950円 カウンセリング付き 	担当：Hiroko 究極の洗顔術 20分2000円 カウンセリング付き 	担当：Tomoko 【ドライヘッドスパ】 45分4,000円 	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 ★現在、無料モニター募集中 	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 15:00-16:30 JazzボーカルWS 黒田ナオコ	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-、13:30 タイ古式マッサージ TOMOKO
友だち募集中 @376mvain 	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 メンテナンスヨガ ★★Mika 12:45-13:45 ストレッチポール ★★Mika 13:00-14:30- タイ古式マッサージ TOMOKO	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 バリーダンス初級 Fumina 11:30-12:30 バリーダンス入門 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 11:45-18:30 ピアノレッスン ON楽教室 13:00-15:00 黄壁茶流 夏の煎茶WS	9:00-10:00 ストレッチポール ★Mika 10:30-11:30 太陽礼拝プラス ★★Mika 
16:30うたすきっず 17:30みんなでハモリ部 Keiko 	9:00-10:00 めざめの朝ヨガ ★Yumi 10:30-11:45 陰ヨガ★～★★ Yumi 14:00-18:00 目もとスッキリ 切らずにパッチリ RECIA	10:10-11:10 美姿勢ヨガ ★Mika 11:30-12:30 メンテナンスヨガ ★★Mika 12:45-13:45 ストレッチポール ★★Mika 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」 『アルソア新製品&リニューアル』			
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 ニットカフェ 毎月開催 14:00-18:00 目もとスッキリ 切らずにパッチリ	10:10-11:10 美姿勢ヨガ ★Yumi 11:30-12:30 メンテナンスヨガ ★★Mika 12:45-13:45 ストレッチポール ★★Mika 13:00-14:30- タイ古式マッサージ TOMOKO	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 13:00-17:00 美肌フェイシャル Hiroko 「究極の洗顔術」	10:10-11:10 バリーダンス初級 Fumina 11:30-12:30 バリーダンス入門 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 11:45-18:30 ピアノレッスン ON楽教室	9:00-10:00 ストレッチポール ★Mika 10:30-11:30 太陽礼拝プラス ★★Mika 
13:30-14:45 氣と技 入門 Teru 15:15-16:30 氣と技 初級 Teru 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 RECIA 	10:10-11:10 美姿勢ヨガ ★Mika 11:30-12:30 メンテナンスヨガ ★★Mika 12:45-13:45 ストレッチポール ★★Mika 18:30-19:30 経絡ストレッチ ★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 13:00-17:00 美肌フェイシャル Hiroko 大人のダンス 15:00-16:30 REONA	10:10-11:10 バリーダンス初級 Fumina 11:30-12:30 バリーダンス入門 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 女性ハーブWS 13:00-15:00 窪田かな 11:45-18:30 ピアノレッスン ON楽教室	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-、13:30 タイ古式マッサージ TOMOKO
	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 スタンドアを	みんなで ハモリ部 第2&4（月） 17:30-18:45 体験1000円 月謝4,500円 	うたすきっず 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1100円 レッスン30分5000円 ON楽教室 	施術のご予約は こちら 	レッスンのご予約 

レッスン料金

月4回会員	10,240円*月末まで
月8回会員	18,720円*月末まで
回数券5回	16,100円*3か月有効
回数券10回	27,800円*5か月有効
週末5回	11,700円*2か月有効
都度利用	3,550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

