



Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
					1	2
					9:30 - 10:30 ゆる朝ヨガ Sayuri ★	
					11:00 - 12:00 ヨガベーシック Sayuri ★★	10:30 - 11:30 エネルギーチャージヨガ Akiko ★~★★★
						11:45 - 12:45 陰ヨガ Akiko ★
					20:30 - 21:30 ノンストレスヨガ Yuka ★~★★★	
3	4	5	6	7	8	9
				9:30 - 10:30 休講	9:30 - 10:30 ゆる朝ヨガ Sayuri ★	
				11:00 - 12:00 休講	11:00 - 12:00 ヨガベーシック Sayuri ★★	10:30 - 11:30 エネルギーチャージヨガ Akiko ★~★★★
						11:45 - 12:45 陰ヨガ Akiko ★
						15:30 - 16:30 呼吸と動くハタヨガ Yukiko ★★
				★ 20:30 - 21:30 胸を開くオープニングハタ Aro ★~★★★	20:30 - 21:30 ノンストレスヨガ Yuka ★~★★★	
10	11	12	13	14	15	16
9:30 - 10:30 朝のリフレッシュヨガ Sayumi ★		9:30 - 10:30 ゆる朝ヨガ Sayuri ★		9:30 - 10:30 モーニングアロマヨガ Yuka ★	9:30 - 10:30 ゆる朝ヨガ Sayuri ★	
11:00 - 12:00 ヨガベーシック Sayumi ★★	11:00 - 12:00 ハタヨガ 晴浩 ★	11:00 - 12:00 骨盤リセットヨガ Sayuri ★★	11:00 - 12:00 ヴィンヤサフローヨガ MIKI.N ★★	11:00 - 12:00 デトックスヨガ Yuka ★★	11:00 - 12:00 ヨガベーシック Sayuri ★★	10:30 - 11:30 エネルギーチャージヨガ Akiko ★~★★★
	20:30 - 21:30 チャレンジポーズヨガ Kayo ★~★★★		20:30 - 21:30 ハタヨガ Akiko ★~★★★		20:30 - 21:30 ノンストレスヨガ Yuka ★~★★★	11:45 - 12:45 陰ヨガ Akiko ★
17	18	19	20	21	22	23
9:30 - 10:30 朝のリフレッシュヨガ Sayumi ★		9:30 - 10:30 ゆる朝ヨガ Sayuri ★		9:30 - 10:30 モーニングアロマヨガ Yuka ★	9:30 - 10:30 ゆる朝ヨガ Sayuri ★	
11:00 - 12:00 ヨガベーシック Sayumi ★★	11:00 - 12:00 ハタヨガ 晴浩 ★	11:00 - 12:00 骨盤リセットヨガ Sayuri ★★	11:00 - 12:00 ヴィンヤサフローヨガ MIKI.N ★★	11:00 - 12:00 デトックスヨガ Yuka ★★	11:00 - 12:00 ヨガベーシック Sayuri ★★	10:30 - 11:30 エネルギーチャージヨガ Akiko ★~★★★
	20:30 - 21:30 チャレンジポーズヨガ Kayo ★~★★★			★ 20:30 - 21:30 胸を開くオープニングハタ Aro ★~★★★	20:30 - 21:30 ノンストレスヨガ Yuka ★~★★★	11:45 - 12:45 陰ヨガ Akiko ★
						15:30 - 16:30 呼吸と動くハタヨガ Yukiko ★★
24	25	26	27	28	29	30
9:30 - 10:30 朝のリフレッシュヨガ Sayumi ★		9:30 - 10:30 ゆる朝ヨガ Sayuri ★		9:30 - 10:30 モーニングアロマヨガ Yuka ★	9:30 - 10:30 ゆる朝ヨガ Sayuri ★	
11:00 - 12:00 ヨガベーシック Sayumi ★★	11:00 - 12:00 ハタヨガ 晴浩 ★	11:00 - 12:00 骨盤リセットヨガ Sayuri ★★	11:00 - 12:00 ヴィンヤサフローヨガ MIKI.N ★★	11:00 - 12:00 デトックスヨガ Yuka ★★	11:00 - 12:00 ヨガベーシック Sayuri ★★	10:30 - 11:30 エネルギーチャージヨガ Akiko ★~★★★
			20:30 - 21:30 ハタヨガ Akiko ★~★★★		20:30 - 21:30 ノンストレスヨガ Yuka ★~★★★	11:45 - 12:45 陰ヨガ Akiko ★
31						
9:30 - 10:30 朝のリフレッシュヨガ Sayumi ★						
11:00 - 12:00 ヨガベーシック Sayumi ★★						

★新クラス: 隔週木曜日(20:30~)
担当 Aro(あろう)先生
『胸を開くオープニング・ハタ』
※サブスクプランの方は、4.5月はチケット回数消化なしで、
ご利用いただけます。