

12月 Lalita Healing Yoga Monthly Schedule

	月/MON	火/TUE	水/WED	木/THU	金/FRI	土/SAT
1w	2	3	4	5	6	7
		13:30(90min) 陰サウンドヨガ		10:30 (75min) ハタヨガ		13:15(75min) ハタヨガ
		16:30 (50min) 英語でKIDSヨガ (園児～小1)		13:30(75min) 美子宮ヨガ		
	19:30 (75min) リラックスヨガ	20:00(60min) ヴァンヤサヨガ		18:10 (60min) 英語でKIDSヨガ (小2～小6)		
2W	9	10	11	12	13	14
		13:30(60min) サウンドバス		10:30 (75min) ハタヨガ		13:15(75min) ハタヨガ
		16:30 (50min) 英語でKIDSヨガ (園児～小1)		13:30(75min) 美子宮ヨガ		
	19:30 (75min) リラックスヨガ	20:00(60min) ヴァンヤサヨガ		18:10 (60min) 英語でKIDSヨガ (小2～小6)		
3W	16	17	18	19	20	21
		13:30(90min) 陰サウンドヨガ		10:30 (75min) ハタヨガ		13:15(75min) ハタヨガ
		16:30 (50min) 英語でKIDSヨガ (園児～小1)		18:10 (60min) 英語でKIDSヨガ (小2～小6)		
	19:30(75min) リラックスヨガ	20:00(60min) ヴァンヤサヨガ				
4W	23	24	25	26	27	28
	※12月22日(日)～1月5日(日)は冬季休暇とさせていただきます。					
5W	30	31				
	※12月22日(日)～1月5日(日)は冬季休暇とさせていただきます。					