



| 火/TUE | 水/WED              | 木/THU                                             | 金/FRI              | 土/SAT                         |
|-------|--------------------|---------------------------------------------------|--------------------|-------------------------------|
|       | 1                  | 2                                                 | 3                  | 4                             |
|       | 19:15～<br>●リラックスヨガ | 10:30～<br>●ハタヨガ<br>18:00～<br>●英語でキッズヨガ<br>(小1～小6) | 13:15～<br>●美子宮ヨガ   | 13:15～<br>●ハタヨガ               |
| 7     | 8                  | 9                                                 | 10                 | 11                            |
|       | 19:15～<br>●リラックスヨガ | 10:30～<br>●ハタヨガ<br>18:00～<br>●英語でキッズヨガ<br>(小1～小6) | 13:15～<br>●サウンドバス  | 13:30～<br>★メッタバーバナ<br>ワークショップ |
| 14    | 15                 | 16                                                | 17                 | 18                            |
|       | 19:15～<br>●リラックスヨガ | 10:30～<br>●ハタヨガ<br>18:00～<br>●英語でキッズヨガ<br>(小1～小6) | 13:15～<br>●陰サウンドヨガ |                               |
| 21    | 22                 | 23                                                | 24                 | 25                            |
|       | 19:15～<br>●リラックスヨガ | 10:30～<br>●ハタヨガ<br>18:00～<br>●英語でキッズヨガ<br>(小1～小6) | 13:15～<br>●リラックスヨガ | 13:15～<br>●ハタヨガ               |
| 28    | 29                 | 30                                                | 31                 |                               |
| お休み   | お休み                | お休み                                               | お休み                |                               |