

4月 Lalita Healing Yoga Monthly Schedule

	火/TUE	水/WED	木/THU	金/FRI	土/SAT
1w	1	2	3	4	5
	10:30(75min) リラックスヨガ		10:30 (75min) ハタヨガ		13:15(75min) ハタヨガ
				16:00 (50min) 英語でKIDSヨガ (園児～小1)	15:00(60min) リラックスヨガシニア
	19:15 (75min) ハタヨガ	19:30(75min) リラックスヨガ	18:10 (60min) 英語でKIDSヨガ (小2～小6)		
2w	8	9	10	11	12
	10:30(75min) リラックスヨガ		10:30 (75min) ハタヨガ		13:15(75min) ハタヨガ
				16:00 (50min) 英語でKIDSヨガ (園児～小1)	15:00(60min) リラックスヨガシニア
	19:15 (75min) ハタヨガ	19:30(75min) リラックスヨガ	18:10 (60min) 英語でKIDSヨガ (小2～小6)		
3w	15	16	17	18	19
	10:30(75min) 美子宮ヨガ		10:30 (75min) ハタヨガ		13:15(75min) ハタヨガ
	13:30(60min) サウンドバス				15:00(60min) リラックスヨガシニア
	19:15 (75min) ハタヨガ	19:30(75min) リラックスヨガ	18:10 (60min) 英語でKIDSヨガ (小2～小6)	16:00 (50min) 英語でKIDSヨガ (園児～小1)	
4w	22	23	24	25	26
	10:30(75min) リラックスヨガ		10:30 (75min) ハタヨガ		13:15(75min) ハタヨガ
	13:30(90min) 陰サウンドヨガ			16:00 (50min) 英語でKIDSヨガ (園児～小1)	15:00(60min) リラックスヨガシニア
	19:15 (75min) ハタヨガ	19:30(75min) リラックスヨガ	18:10 (60min) 英語でKIDSヨガ (小2～小6)		
5w	29	30			
	※4月29日(火)～5月6日(火)はGW休暇とさせていただきます。				