



火/TUE	水/WED	木/THU	金/FRI	土/SAT
				1
				13:15～ ●ハタヨガ
4	5	6	7	8
	19:30～ ●リラックスヨガ	10:30～ ●ハタヨガ 18:10～ ●英語でキッズヨガ (小1～小6)	13:30～ ●リラックスヨガ	13:15～ ●ハタヨガ
11	12	13	14	15
	19:30～ ●リラックスヨガ	10:30～ ●ハタヨガ 18:10～ ●英語でキッズヨガ (小1～小6)	13:30～ ●リラックスヨガ	13:15～ ●ハタヨガ
18	19	20	21	22
13:00～ ●サウンドバス	19:30～ ●リラックスヨガ	10:30～ ●ハタヨガ 18:10～ ●英語でキッズヨガ (小1～小6)	13:30～ ●美子宮ヨガ	13:15～ ●ハタヨガ
25	26	27	28	29
13:00～ ●陰サウンドヨガ	19:30～ ●リラックスヨガ	10:30～ ●ハタヨガ 18:10～ ●英語でキッズヨガ (小1～小6)	13:30～ ●リラックスヨガ	11:00～ サウンドバス 13:30～ ★メッタバーバナ ワークショップ