

YOGA STUDIO Schedule

月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat	日 Sun
	7:15～8:15 朝活 エナジーヨガ Nagi ▲					
	9:00～10:15 Beauty ヨガ Nagi ▲			09:30～10:45 めぐるヨガ Aya ▲	8:45～10:00 アシュタンガ ビギナー Yuji ★	9:00～10:10 Sunday Morning ヨガ Asu ▲
10:30～12:00 シヴァナンダ ヨガ Kimiko ▲	11:00～18:00 プライベート Lesson Asu	10:30～11:45 ♥♥ ヨーガセラピー Chaco ∞	10:30～12:00 やさしいヨガ Takako ▲		10:30～12:00 Be-Happy ヨガ Makitty ▲	
16:00～19:00 プライベート Lesson Takako						不定期開催 メディテーション ヨガ Hiroshi ▲
19:30～21:00 やさしいヨガ Takako ▲	19:15～20:30 リリースヨガ Keiko ▲	19:00～20:30 陰ヨガ Tae ∞	19:00～20:15 自律神経 調整ヨガ Sachiko ▲	19:30～20:45 ♥ アロマキャンドル ナイトヨガ Takako ∞	19:15～20:30 ♥ リフレッシュ ヨガ Eri ▲	

●新月ヨガ 新月から48時間以内の Takakoの夜のクラスは新月ヨガに変更になります。
スケジュールは、HPや SNSでご確認ください。

♥ マタニティさん参加 OK ♥ お子様連れ参加 OK

