



月	火	水	木	金	土	日
		1 10:00-12:00 ヨガ・シャラ瞑想会 めぐみ 19:00-20:15 リラックスヨガ 千歩	2 10:00-17:00 RYT200 指導者養成コース	3 文化の日 10:00-11:00 はじめてのマインドフルネス瞑想 みわ 11:30-12:45 やさしいヨガ みわ 18:30-19:30 お仕事帰りのくつろぎヨガ ひろみ	4 10:00-17:00 RYT200 指導者養成コース	5 10:00-11:00 はじめての ヴィンヤサヨガ マサ
6	7 10:00-11:15 やさしいヨガ エリ	8 10:00-12:00 ヨガ・シャラ瞑想会 めぐみ 19:00-20:15 リラックスヨガ 千歩	9 10:00-17:00 RYT200 指導者養成コース	10 10:00-11:00 はじめてのマインドフルネス瞑想 みわ 11:30-12:45 やさしいヨガ みわ 18:30-19:30 お仕事帰りのくつろぎヨガ ひろみ	11 7:45-9:00 進化した陰ヨガ 嶺 10:00-17:00 RYT200 指導者養成コース	12 10:00-11:00 はじめての ヴィンヤサヨガ マサ
13 10:30-12:00 メディテーション フローヨガ めぐみ 14:00-15:30 マタニティヨーガ こゆ	14 10:00-11:15 やさしいヨガ エリ	15 10:00-12:00 ヨガ・シャラ瞑想会 めぐみ 19:00-20:15 リラックスヨガ 千歩	16 10:00-17:00 RYT200 指導者養成コース	17 10:00-11:00 はじめてのマインドフルネス瞑想 みわ 11:30-12:45 やさしいヨガ みわ 18:30-19:30 お仕事帰りのくつろぎヨガ ひろみ	18 7:45-9:00 進化した陰ヨガ 嶺 10:00-17:00 RYT200 指導者養成コース	19 10:00-11:00 はじめての ヴィンヤサヨガ マサ
20 10:30-12:00 メディテーション フローヨガ めぐみ 14:00-15:30 乳がんと一緒に 歩むヨガとお茶会 みわ	21 10:00-11:15 やさしいヨガ エリ	22 10:00-12:00 ヨガ・シャラ瞑想会 めぐみ 19:00-20:15 リラックスヨガ 千歩	23 勤労感謝の日 10:00-17:00 RYT200 指導者養成コース	24 10:00-11:00 はじめてのマインドフルネス瞑想 みわ 11:30-12:45 やさしいヨガ みわ 18:30-19:30 お仕事帰りのくつろぎヨガ ひろみ	25 7:45-9:00 進化した陰ヨガ 嶺 10:00-17:00 RYT200 指導者養成コース	26 10:00-11:00 はじめての ヴィンヤサヨガ マサ 12:30-17:00 伊藤武講座
27 伊藤武講座	28 10:00-11:15 やさしいヨガ エリ 14:00-15:30 マタニティヨーガ こゆ	29 10:00-12:00 ヨガ・シャラ瞑想会 めぐみ 19:00-20:15 リラックスヨガ 千歩	30 10:00-17:00 RYT200 指導者養成コース			

◆6月より予約システムが変更になりました。

◆これまでご利用いただいていたCoubicアプリからのご予約が出来ませんのでご了承くださいませ。

◆ご予約はホームページのレッスン予約よりお願いいたします。

◆またはこちらのURLより☞ <https://select-type.com/rsv/?id=vcXrfcBYe50>

◆QRコードからもご予約いただけます。➡➡➡

※ご予約画面がパソコン・携帯で異なりますが、ご予約いただけます。

