

12月2020

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
29	30	1 研修	2 研修	3	4 16:00ハタフロー S 20:00ハタヨガビギナーS	5 10:30パワーヨガA 16:00ハタヨガビギナーS 20:00ハタヴィンヤサS
6 10:30ヴィンヤサフローA 16:00呼吸法と瞑想S 20:00ハタヨガビギナーS	7 10:30リフレッシュヨガR 16:00ハタビギナーS 20:00ハタヨガS	8 10:30ハタフローS 16:00ハタヨガS 20:00インナーシェイプ基礎T	9 10:30ハタヨガS 16:00ハタヴィンヤサS 20:00ハタフロー S	10	11 10:30ハタビギナーS 16:00ハタフロー S 20:00キャントゥル瞑想A	12 10:30ヴィンヤサフローA 16:00ハタヨガビギナーS 20:00ハタヴィンヤサS
13 10:30ハタヨガアドバンスS 16:00陰ヨガS 20:00ハタヨガビギナーS	14 10:30ハタヨガS 16:00ハタビギナーS 20:00キャントゥル瞑想A	15 10:30ハタフローS 16:00ハタヨガS 20:00ハタヨガビギナーS	16 10:30リフレッシュヨガR 16:00ハタヴィンヤサS 20:00パワーヨガビギナーA	17	18 10:30ハタビギナーS 16:00ハタフロー S 20:00ハタヴィンヤサS	19 10:30ダイエットヨガyu 16:00ハタヨガビギナーS 20:00キャントゥル瞑想A
20 10:30パワーヨガA 16:00呼吸法と瞑想S 20:00ハタヨガビギナーS	21 10:30ハタフローS 16:00ハタビギナーS 20:00ハタヨガS	22 10:30ノンストレスヨガM 16:00ハタヨガS 20:00インナーシェイプ基礎T	23 10:30リフレッシュヨガR 16:00ハタヴィンヤサS 20:00ハタフロー S	24	25 10:30ハタビギナーS 16:00ハタフロー S 20:00キャントゥル瞑想A	26 10:30アロマヨガSA 16:00ハタヨガビギナーS 20:00パワーヨガビギナーA
27 10:30 / 予約制 年末ワークショップ 太陽礼拝108回	28 年末年始休暇 12月28日～ 1月3日	29	30	31	1	2

3	4	<p>SHINYA (S) / A-YU (A) / YUKI (Y) / SAORI (SA) REINA (R) / TOMOKO (T) / MARI (M) / YUKIKO (yu)</p> <p>■ スケジュールが変更になる場合があります。 ■ スクールの受付でスケジュール表の印刷もしています。</p>
---	---	---

