

APRIL

SUNDAY	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY
28	29	30	31	1	2 10:30ハタヨガビギナーS 16:00ハタヨガS 20:00ハタフローS	3 10:30ノンストップフローA 16:00ハタヨガビギナーS 20:00ハタヨガアドバンスS
4 全米ヨガアライアンス TTC200 週末コース	5 10:30ベースアップヨガR 16:00ハタフローS 20:00ハタヨガビギナーS	6 10:30ハタフローS 16:00ハタヴィンヤサS 20:00ハタヨガS	7 全米ヨガアライアンス TTC200 平日コース	8	9 10:30ハタヨガビギナーS 16:00ハタヨガS 20:00キャンドル瞑想A	10 10:30パワーヴィンヤサA 16:00ハタヨガビギナーS 20:00ハタヴィンヤサS
11 全米ヨガアライアンス TTC200 週末コース	12 10:30リフレッシュフローR 16:00ハタフローS 20:00ハタヨガビギナーS	13 10:30ハタフローS 16:00ハタヴィンヤサS 20:00夜ヨガA	14 全米ヨガアライアンス TTC200 平日コース	15	16 10:30ハタヨガビギナーS 16:00ハタヨガS 20:00ハタフローS	17 10:30ノンストップフローA 16:00ハタヨガビギナーS 20:00呼吸法と瞑想S
18 全米ヨガアライアンス TTC200 週末コース	19 10:30ベースアップヨガR 16:00ハタフローS 20:00ハタヨガビギナーS	20 10:30ハタフローS 16:00ハタヴィンヤサS 20:00ハタヨガS	21 全米ヨガアライアンス TTC200 平日コース	22	23 10:30ハタヨガビギナーS 16:00ハタヨガS 20:00キャンドル瞑想A	24 10:30パワーヴィンヤサA 16:00ハタヨガビギナーS 20:00ハタヴィンヤサS
25 『ヨガに適した食べ物と食べ方』味噌づくりWS 10:30~12:30	26 10:30リフレッシュフローR 16:00ハタフローS 20:00ハタヨガビギナーS	27 10:30ハタフローS 16:00ハタヴィンヤサS 20:00夜ヨガA	28 全米ヨガアライアンス TTC200 平日コース	29	30 10:30ハタヨガビギナーS 16:00ハタヨガS 20:00ハタフローS	1

SHINYA (S) / REINA (R) / AYUMI (A)

- 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の印刷ができます。
- レギュラークラスはご予約の必要はありませんので、直接スクールへお越しくださいませ。