

April

SUNDAY	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY
29	30	31	1 全米ヨガアライアンス RYT200養成講座	2 Close	3 10:30ハタヨガビギナー① 16:00Personal session 20:00ハタフロー②	4 10:30ハタヨガ③ 16:00ハタヨガビギナー① 20:00Personal session
5 全米ヨガアライアンス RYT500養成講座	6 10:30ハタヨガ③ 16:00呼吸法と瞑想⑥ 20:00ハタヨガビギナー①	7 10:30ハタヨガビギナー① 16:00ハタフロー② 20:00Personal session	8 全米ヨガアライアンス RYT200養成講座	9 Close	10 10:30ハタヨガビギナー① 16:00Personal session 20:00ハタヨガ③	11 10:30ハタフロー② 16:00ハタヴィンヤサ④ 20:00Personal session
12 全米ヨガアライアンス RYT500養成講座	13 10:30ハタフロー② 16:00ハタヨガアドバンス⑤ 20:00ハタヨガビギナー①	14 10:30ハタヨガビギナー① 16:00ハタフロー② 20:00Personal session	15 全米ヨガアライアンス RYT200養成講座	16 Close	17 10:30ハタヨガビギナー① 16:00Personal session 20:00ハタフロー②	18 10:30ハタヨガ③ 16:00ハタヨガビギナー① 20:00Personal session
19 全米ヨガアライアンス RYT500養成講座	20 10:30ハタヨガ③ 16:00呼吸法と瞑想⑥ 20:00ハタヨガビギナー①	21 10:30ハタヨガビギナー① 16:00ハタフロー② 20:00Personal session	22 全米ヨガアライアンス RYT200養成講座	23 Close	24 10:30ハタヨガビギナー① 16:00Personal session 20:00ハタヨガ③	25 10:30ハタフロー② 16:00ハタヴィンヤサ④ 20:00Personal session
26 全米ヨガアライアンス RYT500養成講座	27 10:30ハタフロー② 16:00ハタヨガアドバンス⑤ 20:00ハタヨガビギナー①	28 10:30ハタヨガビギナー① 16:00ハタフロー② 20:00Personal session	29 全米ヨガアライアンス RYT200養成講座	30 Close	1	2

講師：SHINYA TAKAHASHI

- ▷ レギュラークラスはご予約不要。
- ▷ スケジュールは受付でも印刷できます。
- ▷ クラス開始時間 5 分前で受付終了、途中参加はできません。
- ▷ ①～⑥の数字はクラスのレベル。初回体験はハタヨガビギナー①がお勧めです。



GANGES
YOGA SCHOOL