

August

SUNDAY	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY
26	27	28	29	30	31	1 10:30ハタフロー② 16:00ハタヴィンヤサ④ Personal session
2 全米ヨガアライアンス RYT500講座	3 10:30ハタフロー② 16:00ハタヴィンヤサ④ 20:00ハタヨガビギナー①	4 10:30ハタヨガビギナー① Personal session 20:00ハタヨガアドバンス⑤	5 全米ヨガアライアンス RYT200講座	6 Close	7 10:30ハタヨガビギナー① Personal session 20:00ハタフロー②	8 10:30ハタヨガ③ 16:00ハタヨガビギナー① Personal session
9 全米ヨガアライアンス RYT500講座	10 10:30ハタヨガ③ 16:00ハタフロー② 20:00ハタヨガビギナー①	11 夏季休暇 各チケット有効期限延長	12 全米ヨガアライアンス RYT200講座	13 Close	14 夏季休暇 各チケット有効期限延長	15 夏季休暇 各チケット有効期限延長
16 全米ヨガアライアンス RYT500講座	17 10:30ハタフロー② 16:00ハタヴィンヤサ④ 20:00ハタヨガビギナー①	18 10:30ハタヨガビギナー① Personal session 20:00ハタヨガアドバンス⑤	19 全米ヨガアライアンス RYT200講座	20 Close	21 10:30ハタヨガビギナー① Personal session 20:00ハタフロー②	22 10:30ハタヨガ③ 16:00ハタヨガビギナー① Personal session
23 全米ヨガアライアンス RYT500講座	24 10:30ハタヨガ③ 16:00ハタフロー② 20:00ハタヨガビギナー①	25 10:30ハタヨガビギナー① Personal session 20:00呼吸法と瞑想⑥	26 全米ヨガアライアンス RYT200講座	27 Close	28 10:30ハタヨガビギナー① Personal session 満月のジャバ瞑想(オンライン)	29 10:30ハタフロー② 16:00ハタヴィンヤサ④ Personal session
30 全米ヨガアライアンス RYT500講座	31 10:30ハタフロー② 16:00ハタヴィンヤサ④ 20:00ハタヨガビギナー①	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。				

