

2025

9 月

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
01	02 10 : 30 Mariko デトックスヨガ 18 : 30 Takami ゆるほぐヨガ 20 : 15 Hideyo 疲労回復ヨガ	03 19 : 30 Takami アナトミック骨盤ヨガ	04 10 : 30 Rieko ハタヨガ・ビギナー 19 : 30 Ray ヴィンヤサフロー	05 10 : 30 Rieko ハタヨガ・スタンダード	06 Close	07 10 : 30 Yukiko 体軸ヨガ
08 Close	09 10 : 30 Mariko デトックスヨガ 18 : 30 Takami ゆるほぐヨガ 20 : 15 Hideyo 疲労回復ヨガ	10 19 : 30 Takami アナトミック骨盤ヨガ	11 10 : 30 Rieko ハタヨガ・ビギナー 19 : 30 Ray ヴィンヤサフロー	12 10 : 30 Rieko ハタヨガ・スタンダード	13 Close	14 10 : 30 Yukiko 体軸ヨガ
15 Close	16 10 : 30 Mariko デトックスヨガ 18 : 30 Takami ゆるほぐヨガ 20 : 15 Hideyo 疲労回復ヨガ	17 19 : 30 Takami アナトミック骨盤ヨガ	18 10 : 30 Rieko ハタヨガ・ビギナー 19 : 30 Ray ヴィンヤサフロー	19 10 : 30 Rieko ハタヨガ・スタンダード	20 Close	21 10 : 30 Yukiko 体軸ヨガ
22 Close	23 10 : 30 Mariko デトックスヨガ 18 : 30 休講 20 : 15 休講	24 19 : 30 Takami アナトミック骨盤ヨガ	25 10 : 30 Rieko ハタヨガ・ビギナー 19 : 30 Ray ヴィンヤサフロー	26 10 : 30 Rieko ハタヨガ・スタンダード	27 Close	28 休 講
29 Close	30 10 : 30 休講 18 : 30 Takami ゆるほぐヨガ 20 : 15 Hideyo 疲労回復ヨガ	01	02	03	04	05