

2025

8 月

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
28	29	30	31	01 10 : 30 Rieko ハタヨガ・スタンダード	02 Close	03 休 講
04 Close	05 10 : 30 Mariko デトックスヨガ 18 : 30 Takami アナトミック骨盤ヨガ★ 20 : 15 Hideyo 疲労回復ヨガ	06 19 : 30 Takami アナトミック骨盤ヨガ★★	07 10 : 30 Rieko ハタヨガ・ビギナー 19 : 30 Ray ヴィンヤサフロー	08 10 : 30 Rieko ハタヨガ・スタンダード	09 Close	10 10 : 30 Yukiko 体軸ヨガ
11 Close	12 10 : 30 Mariko デトックスヨガ 18 : 30 Takami アナトミック骨盤ヨガ★ 20 : 15 Hideyo 疲労回復ヨガ	13 お 盆	14 休 み	15 10 : 30 Rieko ハタヨガ・スタンダード	16 Close	17 10 : 30 Yukiko 体軸ヨガ
18 Close	19 10 : 30 Mariko デトックスヨガ 18 : 30 Takami アナトミック骨盤ヨガ★ 20 : 15 Hideyo 疲労回復ヨガ	20 19 : 30 Takami アナトミック骨盤ヨガ★★	21 10 : 30 Rieko ハタヨガ・ビギナー 19 : 30 Ray ヴィンヤサフロー	22 休 講	23 Close	24 10 : 30 Yukiko 体軸ヨガ
25 Close	26 10 : 30 Rieko代講 ハタヨガ・ビギナー 18 : 30 Takami アナトミック骨盤ヨガ★ 20 : 15 Hideyo 疲労回復ヨガ	27 19 : 30 Takami アナトミック骨盤ヨガ★★	28 10 : 30 Rieko ハタヨガ・ビギナー 19 : 30 Ray ヴィンヤサフロー	29 10 : 30 Rieko ハタヨガ・ビギナー 19 : 30 Ray ヴィンヤサフロー	30 Close	31 休 講