

2025

7 月

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