

YOGA CLASS Sep 2020

★の数はクラスの強度です

	Mon.	Tue	Wed	Thurs.	Fri.	Sat.	Sun.
代行							
11:00~12:15	はじめましてのヨガ Chizu ★	アロマリラックス Yuko ★	陰陽ヨガ Akko ★★	10:00~11:15 ベビトレヨガ みほ	リラックスビューティー ヨガ Junko ★	つながるヨガ Izumi ★★	リリース&チャージヨガ Akiyo ★★
11:45~13:00				美ヨガ Hiromi (お子様連れOK)			
15:00~16:15			マタニティヨガ Hiromi 予約制(当日11:30まで)	バクティヨーガ ワークショップ	キールタン アカデミー		
19:30~20:45		ディープリラックス Junko ★	美活ヨガ(第1第3) Hiromi ★★★★		陰ヨガ(第2,4) Akko ★	17:00~19:00 生きてく心理学	

クラス時間外

トリートメント/プライベートレッスン

毎週木曜日 14:00~16:00 『聖なる経典バガヴァッド・ギター講座』