

7月 オンラインサロン予定 50分

日	月	火	水	木	金	土
			1	2 10~ R	3	4 20~ B
5 11~ p	6	7 21~ R	8	9 10~ R	10	11 20~ B
12 11~ P	13	14 21~ R	15	16 20~ マインドセットセ ミナー	17	18 20~ B
19	20	21 21~ R	22	23 10~ R	24	25 20~ B
26 11~ P	27	28 21~ R	29	30 10~ R	31	

R : リラックスヨガ★ B : ボディメイク★★ p : パワーヨガ★★ ※★の数は強度を表します。