




# 2022 / 12 Yoga Class Schedule



全てのクラスはヨガ解剖学をベースとしています。全クラス初心者から参加いただけます。

	月	火	水	木	金	土	日		
11:00	 <p>Merry Christmas</p>	<p>Yoga studio TMLA</p> <p>予約はWEBよりお願いいたします。</p>		1	2	3	4		
15:00							アナトミック骨盤ヨガ		
20:00									
	5	6	7	8	9	10	11		
11:00		定休日		ストレッチ&リストラティブ					
15:00	アナトミック骨盤ヨガ								
20:00									
	12	13	14	15	16	17	18		
11:00		定休日			アナトミック骨盤ヨガ				
15:00	アナトミック骨盤ヨガ								
20:00									
	19	20	21	22	23	24	25		
11:00		定休日		ストレッチ&リストラティブ					
15:00			アナトミック骨盤ヨガ						
20:00									
	26	27	28	29	30	31	 <p>* SANTA CLAUS MEDITATION *</p>		
11:00		定休日							
15:00									
20:00									

只今、一時的に夜のクラスと土日クラスを減らしております。