

2023 / 3 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			1	2	3	4	5
15:00					アナトミック骨盤ヨガ		
20:00							
11:00	6	7	8	9	10	11	12
15:00		定休日	アナトミック骨盤ヨガ		アナトミック骨盤ヨガ		
20:00							
11:00	13	14	15	16	17	18	19
15:00	アナトミック骨盤ヨガ	定休日	ストレッチ&リストラティブ				
20:00							
11:00	20	21	22	23	24	25	26
15:00	アナトミック骨盤ヨガ	定休日	アナトミック骨盤ヨガ				
20:00							
11:00	27	28	29	30	31		
15:00	アナトミック骨盤ヨガ	定休日			アナトミック骨盤ヨガ		
20:00							



👉予約はWEBよりお願い致します

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。