

2024 6月

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
26	27	28	29	30	31	01
<p>6月9日、23日(日)SPECIALクラス：追加500円 ドアオープンについて RYT200受講生は追加料金なし 連続クラスの後のクラスをご予約されて早く到着された方は受付前のソファでお待ち頂ける様になりました。(前のクラスを行っていますので静かにお待ちください。) ※新規体験レッスンのお手続きは従来通りレッスン開始25分前です。 ※ヤムナボディローリングのボールレンタル料：500円</p>						<p>10:00 ★Hathayoga_マーサ 11:30 ★身体の基本それはピラティスで_KANA</p> <p>17:00 ★柔軟性を高めるヨガ_CHIHIRO</p>
02	03	04	05	06	07	08
<p>7:00 ★メディテーション(50分)_YUMI 8:30 ★Hathayoga~with A-YOGA~_YUMI 9:45 ★シェイプアップヨガブチエロ_AKINA ※開始時間ご注意ください。 11:00~18:00RYT200 ヨーガ哲学・ブレンダー・アーサー&メディテーション</p>	<p>8:30 ★やさしいフロ-ヨガ_YUMI 10:00 ★骨格調整ヨガ(アロマ)_MAIKA</p> <p>18:30 ★陰ヨガ_YUMI 20:00 ★シェイプアップヨガ_AYA</p>	<p>10:00 ★ピラティスで本来の身体に戻そう!_YAYOI</p> <p>18:30 ★身体の基本それはピラティスで_KANA 20:00 ★アロマヨガ~with A-YOGA_KANA</p>	<p>8:30 ★Hathayogaflow~with A-YOGA~_YUMI 10:00[NEW] ★ヤムナボールボディローリングを楽しもう!上下_ヤムナプラクティショナー-TOMOKO</p> <p>18:30 ★リストラティブヨガ_MIYAKO 20:00 ★KA・RA・DAシェイプ_MIAYKO</p>	<p>10:00 ★新月フロ-ヨガ_MIYAKO</p> <p>13:00 ★やさしいヨガ_MIYAKO</p> <p>19:15 ★身体の基本それはピラティスで_YAYOI 20:30 ★リラックスヨガ_AYA</p>	<p>10:00 ★柔軟性を高めるヨガ_CHIHIRO</p> <p>19:15 ★アロマヨガ~with A-YOGA~_KANA 20:30 ★骨格調整ヨガ~with A-YOGA~_KANA ※体験レッスン1回目、3回目不可</p>	<p>10:00 ★Hatayoga_マーサ 11:30 ★身体の基本それはピラティスで_KANA</p> <p>17:00 ★デトックスヨガ_CHIHIRO</p>
09	10	11	12	13	14	15
<p>7:00 ★朝活ヨガ(50分)_TAKAYO 8:30 ★モーニングヨガ_TAKAYO 9:45[SPECIAL] ★美ボディメイクヨガ(75分)_YOSHIE ※追加500円 ※男性受講可 ※開始時間ご注意ください。 11:20~18:00RYT200 解剖学・アサナ</p>	<p>8:30 ★やさしいフロ-ヨガ_YUMI 10:00 ★骨格調整ヨガ(アロマ)_MAIKA</p>	<p>10:00 ★身体の基本それはピラティスで_YAYOI 13:00 ★脳トレピラティス_YAYOI</p> <p>18:30 ★体幹を鍛えるピラティス_KANA ※会員さま限定 20:00 ★骨格調整ヨガ~with A-YOGA_KANA</p>	<p>8:30 ★モーニングヨガ_MAIKA 10:00 ★シェイプアップヨガ_AYA</p> <p>13:00 ★やさしいヨガ_AYA</p> <p>18:30 ★ハタヨガフロ-_MIYAKO 20:00 ★リストラティブヨガ_MIYAKO</p>	<p>10:00 ★KA・RA・DAシェイプ_MIYAKO</p> <p>13:00 ★リストラティブヨガ_MIYAKO</p> <p>19:15 ★ピラティスで本来の身体に戻そう!_YAYOI 20:30 ★ヨガベ-シック_AYA</p>	<p>10:00 ★自強術_CHIHIRO</p> <p>19:15 ★骨格調整ヨガ~with A-YOGA~_KANA 20:30 ★アロマヨガ~with A-YOGA~_KANA ※体験レッスン1回目、3回目不可</p>	<p>10:00 ★Hathayoga_マーサ ★ヤムナボディローリングを楽しもう! 11:30 下半身(60分) 12:45 上半身(60分) _ヤムナプラクティショナー-TOMOKO</p> <p>17:00 ★柔軟性を高めるヨガ_CHIHIRO</p>
16	17	18	19	20	21	22
<p>7:00 ★メディテーション(50分)_YUMI 8:30 ★Hathayoga~with A-YOGA~_YUMI 10:00 ★身体の基本それはピラティスで_YAYOI</p> <p>11:20~18:00RYT200 ヨーガ哲学・ブレンダー・アーサー&メディテーション</p>	<p>8:30 ★やさしいフロ-ヨガ_YUMI 10:00 ★ヨガベ-シック_TAKAYO</p> <p>18:30 ★ヨガニドラ_YUMI 20:00 ★シェイプアップヨガ_AYA</p>	<p>10:00 ★ピラティスで本来の身体に戻そう!_YAYOI</p> <p>18:30 ★身体の基本それはピラティスで_KANA 20:00 ★アロマヨガ~with A-YOGA_KANA</p>	<p>8:30 ★モーニングヨガ_MAIKA 10:00 ★ヨガベ-シック_AYA 13:00 ★リラックスヨガ_AYA</p> <p>18:30 ★リストラティブヨガ_MIYAKO 20:00 ★KA・RA・DAシェイプ_MIYAKO</p>	<p>10:00 ★ハタヨガフロ-_MIYAKO</p> <p>13:00 ★やさしいヨガ_MIYAKO</p> <p>19:15 ★身体の基本それはピラティスで_YAYOI 20:30 ★リラックスヨガ_AYA</p>	<p>10:00 ★デトックスヨガ_CHIHIRO</p> <p>19:15 ★アロマヨガ~with a-YOGA~_KANA 20:30 ★集中力を高めるアクティブアロマヨガ~with A-YOGA~_KANA ※体験レッスン不可</p>	<p>10:00 ★満月フロ-ヨガ_マーサ 11:30 ★身体の基本それはピラティスで_KANA</p> <p>17:00 ★自強術_CHIHIRO</p>
23	24	25	26	27	28	29
<p>7:00 ★太陽礼拝(50分)_AYA 8:30 ★モーニングヨガ_AYA 10:00 ★Hathayogaflow~with a-YOGA~_YUMI</p> <p>11:20~18:00 RYT200 解剖学・アサナ</p>	<p>8:30 ★やさしいフロ-ヨガ_YUMI 10:00 ★骨格調整ヨガ(アロマ)_MAIKA</p> <p>18:30 ★アロマでリラックスヨガ_YUMI 20:00 ★シェイプアップヨガ_AYA</p>	<p>10:00 ★身体の基本それはピラティスで_YAYOI 13:00 ★脳トレピラティス_YAYOI</p> <p>18:30 ★ピラティスで本来の身体に戻そう_KANA 20:00 ★骨格調整ヨガ~with A-YOGA_KANA</p>	<p>8:30 ★モーニングヨガ_MAIKA 10:00 ★シェイプアップヨガ_AYA</p> <p>13:00 ★やさしいヨガ_AYA</p> <p>18:30 ★ハタヨガフロ-_MIYAKO 20:00 ★リストラティブヨガ_MIAYKO</p>	<p>10:00 ★KA・RA・DAシェイプ_MIYAKO</p> <p>13:00 ★リストラティブヨガ_MIYAKO</p> <p>19:15 ★ピラティスで本来の身体に戻そう!_YAYOI 20:30[TRIAL] ★ヨガベ-シック MAMIKO</p>		<p>10:00 ★Hatayoga_マーサ 11:30 ★身体の基本それはピラティスで_KANA</p> <p>17:00 ★デトックスヨガ_CHIHIRO</p>
30						
<p>7:00 ★メディテーション(50分)_YUMI 8:30 ★Hathayoga~with A-YOGA~_YUMI 10:00 ★muscletrainingyoga_マーサ</p> <p>11:20~18:00 RYT200 哲学・ブレンダー・アーサー&メディテーション</p>						