








1月マンスリースケジュール

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
					1	2
						
3	4	5	6	7	8	9
休	10:00-11:15 Mitsue ハートオブヨガ ★ 13:00-14:15 Rieko ピラティス ★★	10:00-11:15 Megumi スローヴィンヤサ ★★ 【代行】 13:00-14:15 Toshie インシュタヨガ(basic.瞑想)★	10:00-11:15 Nana 陰陽ヨガ ★★	10:00-11:15 SACHI YOGA Wheel ★★ 19:00-20:15 Kozue リラク্সフロー ★	10:00-11:15 aki BORNTYOYOG ★★ 13:00-14:15 Sachiko リラク্সフロー ★	8:00-9:15 Toshie インシュタヨガ(basic.瞑想)★ 9:30-10:45 Toshie インシュタヨガ(All level)★★★
10	11	12	13	14	15	16
8:00-9:15 maco 朝ヨガディープリラク্স★★ 10:00-11:15 Toshie インシュタヨガ(basic.瞑想)★	10:00-11:15 Mitsue ハートオブヨガ ★ 13:00-14:15 Rieko ピラティス ★★	10:00-11:15 Megumi スローヴィンヤサ ★★ 13:30-14:45 Miki 骨盤調整ヨガ ★	10:00-11:15 Nana 陰陽ヨガ ★★	10:00-11:15 SACHI YOGA Wheel ★★ 【中止】 19:00-20:15 Kozue ★ キャンドルヨガ ★	10:00-11:15 aki BORNTYOYOG ★★ 13:00-14:15 Sachiko リラク্সフロー ★	【追加】 8:00-9:15 Kozue ペーシックヨガ★ 【追加】 9:30-10:45 Kozue リラク্সフロー★
17	18	19	20	21	22	23
8:00-9:15 maco 朝ヨガディープリラク্স★★	10:00-11:15 Mitsue ハートオブヨガ ★ 13:00-14:15 Rieko ピラティス ★★	10:00-11:15 Megumi スローヴィンヤサ ★★ 13:30-14:45 Miki 骨盤調整ヨガ ★	10:00-11:15 Nana 陰陽ヨガ ★★ 【追加】 13:00-14:15 Kozue リラク্সフロー ★	10:00-11:15 SACHI YOGA Wheel ★★ 【中止】 19:00-20:15 Kozue ★ リラク্সフロー ★	10:00-11:15 aki BORNTYOYOG ★★ 13:00-14:15 Sachiko リラク্সフロー ★	8:00-9:15 Toshie インシュタヨガ(basic.瞑想)★ 9:30-10:45 Toshie インシュタヨガ(All level)★★★
24	25	26	27	28	29	30
8:00-9:15 maco 朝ヨガディープリラク্স★★ 10:00-11:15 Toshie インシュタヨガ(basic.瞑想)★	10:00-11:15 Mitsue ハートオブヨガ ★ 13:00-14:15 Rieko ピラティス ★★	10:00-11:15 Megumi スローヴィンヤサ ★★ 13:30-14:45 Miki 骨盤調整ヨガ ★	10:00-11:15 Nana 陰陽ヨガ ★★	10:00-11:15 SACHI YOGA Wheel ★★ 【中止】 19:00-20:15 Kozue ★ リラク্সフロー ★	10:00-11:15 aki BORNTYOYOG ★★ 13:00-14:15 Sachiko リラク্সフロー ★	8:00-9:15 Toshie インシュタヨガ(basic.瞑想)★ 9:30-10:45 Toshie インシュタヨガ(All level)★★★
31	●1/7の緊急事態宣言により、夜クラスが中止となりました。 →【追加】6日8:00～ペーシックヨガ・9:30～ リラクッスフロー / 20日13:00～リラクッスフロー Kozue ※全てのクラスを定員14名とさせて頂いております。 ※引き続き、コロナ対策にご協力の上、ご参加をお願い致します。 ※皆様にも気持ちよくご利用いただけますよう、ご予約のキャンセル忘れのないようご協力下さい。 (クラス開始の30分前までキャンセルできますので、お電話ではなくご自身でお願いします。)					
8:00-9:15 maco 朝ヨガディープリラク্স★★ 10:00-11:15 Megumi スローヴィンヤサ ★★	<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> <div style="text-align: center;">  <p>043-294-1850 (9:00~17:30)</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>outland@rprojectjapan.com</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>http://www.outland.jp/</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>outlandtoke</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>outland_toke</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>ID @utd1805z</p> </div> </div>					