

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
		1	2	3	4	5
2月		10:00-11:15 Megumi スローヴィンヤサ ★★	09:30-10:45 Nana 陰陽ヨガ ★★	10:00-11:15 SACHI YOGA WHEEL RELAX ★	10:00-11:15 aki BORN TO YOG ★★★	8:00-9:15 Toshie イシュタヨガ (Basic) ★
		13:30-14:45 Miki 骨盤調整ヨガ ★	11:00-12:15 Nana 陰陽ヨガ ★★	19:00-20:15 Kozue リラックスフロー ★	13:00-14:15 Sachiko リラックスフロー ★	9:30-10:45 Toshie イシュタヨガ (All level) ★★★
6	7	8	9	10	11	12
休	休	休	休	19:00-20:15 Kozue リラックスフロー ★	10:00-11:15 aki BORN TO YOG ★★★	7:00-8:15 Toshie イシュタヨガ (Basic) ★ 8:30-9:45 Toshie イシュタヨガ (All level) ★★★ 【有料クラス】 10:00-12:00 Toshie ★ 陰ヨガワークショップ
13	14	15	16	17	18	19
8:00-9:15 maco 美姿勢のためのヨガ (Basic) ★ 10:00-11:15 Megumi スローヴィンヤサ ★★	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 ★	09:30-10:45 Nana 陰陽ヨガ ★★ 11:00-12:15 Nana 陰陽ヨガ ★★	10:00-11:15 SACHI YOGA WHEEL RELAX ★ 19:00-20:15 Kozue リラックスフロー ★	10:00-11:15 aki BORN TO YOG ★★★ 13:00-14:15 Sachiko リラックスフロー ★	8:00-9:15 Toshie イシュタヨガ (Basic) ★ 9:30-10:45 Toshie イシュタヨガ (All level) ★★★
20	21	22	23	24	25	26
8:00-9:15 maco 美姿勢のためのヨガ (Basic) ★ 9:30-10:45 maco 人生を好転させるウォーキング★	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 ★	8:00-9:15 Toshie イシュタヨガ (Basic) ★ 9:30-10:45 Toshie イシュタヨガ (Basic) ★	10:00-11:15 SACHI YOGA WHEEL RELAX ★ 19:00-20:15 Kozue リラックスフロー ★	10:00-11:15 aki BORN TO YOG ★★★ 13:00-14:15 Sachiko リラックスフロー ★	8:00-9:15 Toshie イシュタヨガ (Basic) ★ 9:30-10:45 Toshie イシュタヨガ (All level) ★★★
27	28	<p>OUTLAND新春入会キャンペーン</p> <p>1ヶ月無料トライアル</p> <p>おトクなキャンペーンを使って 2022年YOGAをスタートしよう</p> 				
8:00-9:15 maco 美姿勢のためのヨガ ★ 10:00-11:15 Mitsue ハートオブヨガ ★	10:00-11:15 Mitsue ハートオブヨガ ★ 13:00-14:15 Rieko ピラティス ★★					
		<p>☎ 043-294-1850 (9:00~17:30)</p> <p>✉ outland@rprojectjapan.com</p> <p>🌐 http://www.outland.jp/</p>			<p>📘 outlandtoke</p> <p>📷 outland_toke</p> <p>📞 ID @utd1805z</p>	