


SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
				1	2	3
				10:00-11:15 SACHI ★ YOGA WHEELで身体を整える	10:00-11:15 aki BORN TO YOG ★★★	8:00-9:15 Toshie イシュタヨガ(骨格調整とヨガ)★
				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)★★★
4	5	6	7	8	9	10
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 Megumi スローヴィンヤサ ★★★	10:00-11:15 Maiko 陰陽ヨガ ★★	10:00-11:15 SACHI ★ YOGA WHEELで身体を整える	10:00-11:15 aki BORN TO YOG ★★★	8:00-9:15 Toshie イシュタヨガ(骨格調整とヨガ)★
		13:00-14:15 Rieko ピラティス ★★	13:30-14:45 Miki 骨盤調整ヨガ ★	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)★★★
11	12	13	14	15	16	17
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 Megumi スローヴィンヤサ ★★★	10:00-11:15 Maiko 陰陽ヨガ ★★	休	10:00-11:15 aki BORN TO YOG ★★★	8:00-9:15 Toshie イシュタヨガ(骨格調整とヨガ)★
		13:00-14:15 Rieko ピラティス ★★	13:30-14:45 Miki 骨盤調整ヨガ ★	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)★★★
18	19	20	21	22	23	24
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 Megumi スローヴィンヤサ ★★★	10:00-11:15 Maiko 陰陽ヨガ ★★	10:00-11:15 SACHI ★ YOGA WHEELで身体を整える	10:00-11:15 aki BORN TO YOG ★★★	8:00-9:15 Toshie イシュタヨガ(骨格調整とヨガ)★
		13:00-14:15 Rieko ピラティス ★★	13:30-14:45 Miki 骨盤調整ヨガ ★	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)★★★
25	26	27	28	29	30	31
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 Megumi スローヴィンヤサ ★★★	休	休	休	休
		13:00-14:15 Rieko ピラティス ★★	13:30-14:45 Miki 骨盤調整ヨガ ★			