



SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
 OUTLAND 				1 10:00-11:15 aki BORN TO YOG ★★★ 【スタジオ前和室開催】 13:00-14:15 Sachiko リラックスフロー ★		2 【スタジオ前和室開催】 8:00-9:15 Toshie イシュタヨガ(骨格調整とヨガ)★ 【スタジオ前和室開催】 9:30-10:45 Toshie イシュタヨガ(All level)★★★
				3	4	5
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 ★ 13:00-14:15 Rieko ピラティス ★★	10:00-11:15 Megumi スローヴィンヤサ ★★ 休	10:00-11:15 Maiko 陰ヨガ ★	10:00-11:15 SACHI ★ YOGA WHEELで身体を整える 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(骨格調整とヨガ)★ 9:30-10:45 Toshie イシュタヨガ(All level)★★★
10	11	12	13	14	15	16
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 ★ 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 Maiko 陰ヨガ ★	10:00-11:15 SACHI ★ YOGA WHEELで身体を整える 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(骨格調整とヨガ)★ 9:30-10:45 Toshie イシュタヨガ(All level)★★★
17	18	19	20	21	22	23
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 ★ 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 Maiko 陰ヨガ ★	10:00-11:15 SACHI ★ YOGA WHEELで身体を整える 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(骨格調整とヨガ)★ 9:30-10:45 Toshie イシュタヨガ(All level)★★★
24	25	26	27	28	29	30
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 ★ 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 Maiko 陰ヨガ ★	10:00-11:15 SACHI ★ YOGA WHEELで身体を整える 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(骨格調整とヨガ)★ 9:30-10:45 Toshie イシュタヨガ(All level)★★★