


SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
1	2	3	4	5	6	7
8:00-9:15 maco 美姿勢のためのヨガ ★ 【有料クラス】 10:00-11:30 Toshie 肋骨と呼吸	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)★★★
8	9	10	11	12	13	14
8:00-9:15 maco 美姿勢のためのヨガ ★	【代行】 10:00-11:15 Sachiko リラックスフロー ★ 13:00-14:15 Rieko ピラティス ★★	10:00-11:15 Megumi スローヴィンヤサ ★★ 【和室開催】 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)★★★
15	16	17	18	19	20	21
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)★★★
22	23	24	25	26	27	28
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 ★	休	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)★★★
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 ★ 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 ★				