

# PonoYoga 2月スケジュール

月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3 14時～ Relax & Renew 19時30分～★ Relax & Renew	4 6時～おはヨーガ 16時30分～ yoganowa	5 8時～おはヨーガ 10時～TT 5期 20時～ヨガニドラ
6 ● 6時～おはヨーガ 10時～太陽礼拝 19時30分～★ Relax & Renew	7 10時30分/14時 シニアヨガ 19時30分～ ハタヨーガ	8 10時30分～ メディカルヨガ 19時30分～月謝制 20時～ Relax & Renew	9	10 6時～おはヨーガ 14時～ Relax & Renew 19時30分～★ Relax & Renew 20時～yoganowa	11 8時～おはヨーガ 10時～太陽礼拝	12 10時～TT 4期 20時～ヨガニドラ
13 6時～おはヨーガH 10時30分～月謝制 19時30分～ リストラティブヨガ	14 10時30分～★ Relax & Renew 19時30分～ ハタヨーガ	15 10時30分～★ Relax & Renew 20時～ リストラティブヨガ	16 6時～おはヨーガ 19時30分～★ Relax & Renew	17 14時～音浴 19時30分～ ハタヨーガ	18 6時～おはヨーガ	19 ● 8時～おはヨーガ 10時～TT 5期
20 10時30分～ ハタヨーガ 19時30分～★ アーユルヴェーダとヨガ 20時～yoganowa	21 6時～おはヨーガ 10時30分/14時 シニアヨガ 19時30分～ ハタヨーガ	22 10時30分～★ Relax & Renew 19時30分～月謝制 20時～ Relax & Renew	23 6時～おはヨーガ 10時～12時 TT継続学習会	24 14時～ Relax & Renew 19時30分～★ Relax & Renew	25 6時～おはヨーガ 10時～yoganowa	26 8時～おはヨーガ 10時～TT 4期 20時～ヨガニドラ
27 6時～おはヨーガH 10時30分～月謝制 19時30分～★ Relax & Renew	28 10時30分～ リストラティブヨガ 19時30分～ ハタヨーガ				オンライン スタジオ 定期クラス イベント ★ライブ配信	

ご予約方法 ponoyoga@ponoyoga.com / 公式LINE / 090-2823-1230