

5月スケジュール

5月3日～6日までPonoYogaの先生方の施術をスペシャルプレゼント価格でお受けいただけます
5日のおそとヨガもみんなで楽しみましょう♪♪♪

月 火 水 木 金 土 日

		1 10時30分 Relax&Renew 19時30分 ハタヨーガ	2  お休み	3 祝日 10時 yoganowa	4 6時 おはヨーガ	5 祝日 7時30分 おそとヨガ 20時 ヨガニドラ
6 振替休日 6時 おはヨーガ 8時 yoganowa	7 10時30分 シニアヨガ 19時30分 ハタヨーガ	8 ●新月 10時30分 Relax&Renew 19時30分 月謝制ヨガ	9 6時 おはヨーガ 19時30分 ほのぼのヨーガ	10 6時 おはヨーガ 19時30分 がん経験者のためのヨガ	11 8時 おはヨーガ 19時30分 基礎コース	12 10時30分 TT5期 20時 ヨガニドラ
13 6時 おはヨーガ 10時30分 月謝制ヨガ 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 Relax & Renew	16 10時30分 季節の養生ヨガ	17 6時 おはヨーガ 19時30分 リストラティブヨガ	18 6時 おはヨーガ 19時30分 ハタヨーガ	19 8時 おはヨーガ 10時 TT6期
20 6時 おはヨーガ 19時30分 Relax&Renew	21 10時30分 シニアヨガ 19時30分 ハタヨーガ	22 10時30分 シンギングボウルとヨガ 19時30分 月謝制ヨガ	23 ○満月  お休み	24 14時 シンギングボウルとヨガ 19時30分 Relax&Renew	25 6時 おはヨーガ 19時30分 基礎コース	26 8時 おはヨーガ 10時 TT5期 20時 ヨガニドラ
27 6時 おはヨーガ 10時30分 月謝制ヨガ 19時30分 シンギングボウルとヨガ	28 6時 おはヨーガ 19時30分 ハタヨーガ	29 10時30分 Relax&Renew 20時 Relax & Renew	30 6時 おはヨーガ 20時 yoganowa 19時30分 がん経験者のためのヨガ	31 14時 Relax&Renew 19時30分 5月お疲れ様じかん		