

# 3月スケジュール

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
<b>51</b> <sup>31</sup> 6:00 おはヨーガ 10:30 月謝制ヨガ  19:30 Relax & Renew					<b>1</b>  10:00 yoganowa	<b>2</b>  8:00 おはヨーガ 10:00 TT6期
<b>5</b> <sub>3</sub> 10:30 シンキングボウルとヨガ  21:00 Relax & Renew	<b>4</b> 6:00 おはヨーガ  19:30 ハタヨーガ	<b>5</b> <sub>5</sub> 6:00 おはヨーガ 10:00 シンキングボウル セラピスト講座 21:00 Relax & Renew	<b>6</b>  お休み	<b>7</b> 6:00 おはヨーガ  20:00 yoganowa 19:30 リストラティブヨガ	<b>8</b> 6:00 おはヨーガ	<b>9</b> 8:00 おはヨーガ 10:00 太陽礼拝&月礼拝講座  20:00 ヨガニドラ
<b>10</b> 6:00 おはヨーガ 10:30 月謝制ヨガ 21:00 Relax & Renew	<b>11</b> 10:30 シニアヨガ  19:30 ハタヨーガ	<b>12</b> ○ 6:00 おはヨーガ  19:30 リストラティブヨガ	<b>15</b> <sup>13</sup>  お休み	<b>14</b> 10:30 Relax & Renew  14:00 Relax & Renew	<b>15</b> <sup>15</sup> 8:00 おはヨーガ	<b>16</b> HIKARU先生 1 dayWS 10時～実践 活力を高めるためのヨガ 13時～座学 活力を高めるための 有益な暮らし方
<b>17</b> 10:30 月謝制ヨガ  21:00 Relax & Renew	<b>18</b> 10:30 シニアヨガ  19:30 ハタヨーガ	<b>19</b> 6:00 おはヨーガ 10:00 シンキングボウル セラピスト講座 21:00 Relax & Renew	<b>20</b> 10:30 犬と一緒にのヨガ	<b>21</b> 7:30 KuponohM 10:30 Relax & Renew  21:00 Relax & Renew	<b>22</b> 6:00 おはヨーガ	<b>25</b> <sup>23</sup> 8:00 おはヨーガ 8:00 yoganowa 10:00 TT6期  20:00 ヨガニドラ
<b>24</b> 6:00 おはヨーガ  19:30 リストラティブヨガ	<b>25</b> <sup>25</sup> 10:30 シニアヨガ  19:30 ハタヨーガ	<b>26</b> 6:00 おはヨーガ 7:30 KuponohM 20:00 yoganowa 21:00 Relax & Renew	<b>27</b>  お休み	<b>28</b> ● 6:00 おはヨーガ  19:30 KuponohM	<b>29</b>  お休み	<b>50</b> 8:00 おはヨーガ 10:00 マントラの世界WS  20:00 ヨガニドラ