

3月スケジュール

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
51 ³¹ 6:00 おはヨーガ 10:30 月謝制ヨガ 19:30 Relax & Renew					1 10:00 yoganowa	2 8:00 おはヨーガ 10:00 TT6期
5 ₃ 10:30 シンキングボウルとヨガ 21:00 Relax & Renew	4 6:00 おはヨーガ 19:30 ハタヨーガ	5 ₅ 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	6 お休み	7 6:00 おはヨーガ 20:00 yoganowa 19:30 リストラティブヨガ	8 6:00 おはヨーガ	9 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
10 6:00 おはヨーガ 10:30 月謝制ヨガ 21:00 Relax & Renew	11 10:30 シニアヨガ 19:30 ハタヨーガ	12 ○ 6:00 おはヨーガ 19:30 リストラティブヨガ	15 ¹³ お休み	14 10:30 Relax & Renew 14:00 Relax & Renew	15 ¹⁵ 8:00 おはヨーガ	16 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
17 10:30 月謝制ヨガ 21:00 Relax & Renew	18 10:30 シニアヨガ 19:30 ハタヨーガ	19 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	20 10:30 犬と一緒にのヨガ	21 7:30 KuponohM 10:30 Relax & Renew 21:00 Relax & Renew	22 6:00 おはヨーガ	25 ²³ 8:00 おはヨーガ 8:00 yoganowa 10:00 TT6期 20:00 ヨガニドラ
24 6:00 おはヨーガ 19:30 リストラティブヨガ	25 ²⁵ 10:30 シニアヨガ 19:30 ハタヨーガ	26 6:00 おはヨーガ 7:30 KuponohM 20:00 yoganowa 21:00 Relax & Renew	27 お休み	28 ● 6:00 おはヨーガ 19:30 KuponohM	29 お休み	50 8:00 おはヨーガ 10:00 マントラの世界WS 20:00 ヨガニドラ