

6月スケジュール

赤字 オンライン

黒字 スタジオ

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
50 ³⁰ 6:00 おはヨーガ 10:30 月謝制ヨガ 19:30 リストラティブヨガ						1 8:00 おはヨーガ 10:00 ヨーガストラ講座 20:00 ヨガニドラ
2 6:00 おはヨーガ 10:30 KuponohOME リアルな集い	5 ³ 10:30 Relax & Renew 19:30 ハタヨーガ	4 10:30 シンギングホールとヨガ 19:30 リストラティブヨガ	5 ⁵ 6:00 おはヨーガ 19:30 ほのぼのヨーガ Namie 20:00 yoganow 瞑想のためのプラクティス	6 お休み	7 10:00 yoganowa ヨーガストラ 14:00 ボディワーク練習会	8 8:00 おはヨーガ 10:00 TT6期 指導実習3回目
9 6:00 おはヨーガ 10:30 月謝制ヨガ 19:30 Relax & Renew	10 6:00 おはヨーガ 10:30 シニアヨガ 19:30 ハタヨーガ	○ 11 7:30 KuponohOME 気功 10:30 Relax & Renew 20:00 Relax & Renew	12 6:00 おはヨーガ 19:30 リストラティブヨガ	15 ¹³ 14:30 シンギングホールとヨガ 19:30 Relax & Renew	14 6:00 おはヨーガ	15 ¹⁵ 8:00 おはヨーガ 10:00 ヨーガストラ講座 20:00 ヨガニドラ
16 6:00 おはヨーガ 20:00 Relax & Renew	17 お休み	18 6:00 おはヨーガ	19 14:30 Relax & Renew 20:00 Relax & Renew	20 14:30 Relax & Renew	21 6:00 おはヨーガ	22 8:00 yoganowa 朝のプラクティス 8:00 おはヨーガ 10:00 TT6期 20:00 ヨガニドラ
25 ²³ 6:00 おはヨーガ 10:30 月謝制ヨガ 20:00 Relax & Renew	24 10:30 シニアヨガ 19:30 ハタヨーガ	● 25 ²⁵ 10:30 Relax & Renew 20:00 Relax & Renew	26 10:30 リストラティブヨガ 19:30 KuponohOME 本気のおはなし会 19:30 ハタヨーガ	27 6:00 おはヨーガ 19:30 ヒマラヤンホール サウンドバス Misa	28 6:00 おはヨーガ	29 8:00 おはヨーガ 10:00 ヨーガストラ講座