

7月スケジュール

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
	1	2	3 5	4	5 5	6 8:00 おはヨーガ 10:00 ヨーガストラ 4回目 20:00 ヨガニドラ
7 20:00 Relax &Renew	8 6:00 おはヨーガ 10:30 Relax &Renew 19:30 ハタヨーガ 20:00 yoganowa 朝のSadhana	9 10:30 リストラティブヨガ 20:00 Relax &Renew	10 Kuu 誕生日♥8歳 6:00 おはヨーガ 19:30 ほのぼのヨーガ Namie	11 ○ 6:00 おはヨーガ 19:30 リストラティブヨガ 19:30 kuponohm気功	12 6:00 おはヨーガ 10:00 ヒマヤンボウル セラピストトレーニング	13 15 8:00 おはヨーガ 10:00 TT6期 20:00 ヨガニドラ
14 6:00 おはヨーガ 10:30 月謝制ヨガ 19:30 Relax &Renew	15 15 10:30 シニアヨガ 14:00 Relax &Renew 20:00 yoganawa 瞑想に向かうための プラクティス 19:30 ハタヨーガ	16 6:00 おはヨーガ	17 6:00 おはヨーガ 20:00 Relax &Renew	18 お休み	19 6:00 おはヨーガ	20 8:00 おはヨーガ 10:00 ヨーガストラ 5回目
21 8:00 おはヨーガ	22 6:00 おはヨーガ 19:30 ハタヨーガ	23 25 10:30 Relax &Renew 20:00 Relax &Renew	24 6:00 おはヨーガ 19:30 リストラティブヨガ	25 25● 7:30 kuponohm気功 14:00 Relax &Renew 19:30 ヒマヤンボウル サウンドバス	26 6:00 おはヨーガ 10:00 yoganowa ヨーガストラ	27 8:00 おはヨーガ 10:00 TT6期 20:00 ヨガニドラ
28 6:00 おはヨーガ 10:30 月謝制ヨガ 19:30 kuponohmお話し	29 10:30 シニアヨガ 19:30 リストラティブヨガ	30 10:30 リストラティブヨガ	31 31 6:00 おはヨーガ			