

1

January

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat						
	1 元旦		3 9:00-10:00 朝ヨガ yae 12:00-13:30 心身爽快ヨガ matsuko	4 10:30-11:45 ヨガベーシック yae 13:30-15:30 yoga for cancer yae 19:00-20:15 アロマヨガ tomo	5 19:00-20:15 キャンドルヨガ tomo	6 8:00-9:45 アシュタンガヨガ (ビギナーズマイソール)matsuko 休講 13:15-14:30 ベーシックフロー matsuko						
7 9:45-12:15 アシュタンガヨガ (マイソール) matsuko 13:00-14:30 フロー＆メディテーション yae 15:00-16:15 乳がんリハビリヨガ yae	8 10:30-11:45 ヨガベーシック yae	9 13:00-15:00 yoga for cancer yae	10 7:00-8:00 朝ヨガ matsuko 14:00-15:30 心身爽快ヨガ matsuko	11 10:30-11:45 ヨガベーシック yae	12 19:00-20:15 ディープリラクゼー ション yae	13 8:00-9:45 アシュタンガヨガ (ビギナーズマイソール)matsuko 11:00-12:15 アロマヨガ yae						
14 9:45-12:15 アシュタンガヨガ (マイソール) matsuko 13:00-14:30 フロー＆メディテーション yae 15:00-16:15 心身爽快ヨガ matsuko	15 10:30-11:45 ヨガベーシック yae	16 13:00-15:00 yoga for cancer yae	17 7:00-8:00 朝ヨガ tomo 14:00-15:30 心身爽快ヨガ matsuko	18 10:30-11:45 ヨガベーシック yae 13:30-15:30 yoga for cancer yae 19:00-20:15 アロマヨガ tomo	19 休講	20 8:00-9:45 アシュタンガヨガ (ビギナーズマイソール)matsuko 11:00-12:15 アロマヨガ yae 13:15-14:30 ベーシックフロー matsuko						
21 9:45-12:15 アシュタンガヨガ (マイソール) matsuko 13:00-14:30 フロー＆メディテーション yae 15:00-16:15 乳がんリハビリヨガ yae	22 10:30-11:45 ヨガベーシック yae	23 13:00-15:00 yoga for cancer yae	24 7:00-8:00 朝ヨガ yae 14:00-15:30 心身爽快ヨガ matsuko	25 10:30-11:45 ヨガベーシック yae 13:30-15:30 yoga for cancer yae 19:00-20:15 アロマヨガ tomo	26 休講	27 8:00-9:45 アシュタンガヨガ (ビギナーズマイソール)matsuko 11:00-12:15 アロマヨガ yae 13:15-14:30 アドヴァンスフロー matsuko 18:00-19:30 メンズヨガ						
28 9:45-12:15 アシュタンガヨガ (マイソール) matsuko 13:00-14:30 フロー＆メディテーション yae 15:00-16:15 心身爽快ヨガ matsuko	29 10:30-11:45 ヨガベーシック yae	30 13:00-15:00 yoga for cancer yae	31 7:00-8:00 朝ヨガ matsuko 14:00-15:30 心身爽快ヨガ matsuko	<p>【年始スケジュール】</p> <table> <tr> <td>1/3 朝ヨガ</td> <td>9:00-10:00</td> </tr> <tr> <td>1/3 心身爽快ヨガ</td> <td>12:00-13:30</td> </tr> </table> <p>【1月のイベント】</p> <table> <tr> <td>1/27 メンズヨガ</td> <td>18:00-19:30</td> </tr> </table>			1/3 朝ヨガ	9:00-10:00	1/3 心身爽快ヨガ	12:00-13:30	1/27 メンズヨガ	18:00-19:30
1/3 朝ヨガ	9:00-10:00											
1/3 心身爽快ヨガ	12:00-13:30											
1/27 メンズヨガ	18:00-19:30											