

2024

7月

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
30	01  15時～16時 NEW!! リストラティブヨガ natsumi	02 10時～11時 ベーシックヨガ keiko	03 10時～11時 リラックスヨガ	04 8時30分～10時 アシタンガフル プライマリー natsumi  10時15分～11時15分 ベーシックヨガ natsumi	05 10時～11時 NEW!! 骨盤調整ヨガ natsumi	06 8時～9時30分 アシタンガフル プライマリー natsumi
07  7時30分～9時 アシタンガフルプライ マリー natsumi	08  15時～16時 NEW!! リストラティブヨガ natsumi	09 10時～11時 ベーシックヨガ keiko  15時～16時 NEW!! シニア向け運動教室 yuuji	10 10時～11時 リラックスヨガ keiko	11 8時30分～10時 アシタンガフル プライマリー natsumi  10時15分～11時15分 ベーシックヨガ natsumi	12 10時～11時 NEW!! 骨盤調整ヨガ natsumi	13 8時～9時30分 アシタンガフル プライマリー natsumi
14  7時30分～9時 アシタンガフルプライ マリー natsumi	15 8時～9時30分 アシタンガフル プライマリー natsumi	16 10時～11時 ベーシックヨガ keiko  15時～16時 NEW!! シニア向け運動教室 yuuji	17 10時～11時 リラックスヨガ keiko	18 8時30分～10時 アシタンガフル プライマリー natsumi  10時15分～11時15分 ベーシックヨガ natsumi	19 10時～11時 NEW!! 骨盤調整ヨガ natsumi	20 8時～9時30分 アシタンガフル プライマリー natsumi
21  ⓪	22  15時～16時 NEW!! リストラティブヨガ natsumi	23 10時～11時 ベーシックヨガ keiko  15時～16時 NEW!! シニア向け運動教室 yuuji	24 10時～11時 リラックスヨガ keiko	25 8時30分～10時 アシタンガフル プライマリー natsumi  10時15分～11時15分 ベーシックヨガ natsumi	26  ⓪	27 8時～9時30分 アシタンガフル プライマリー natsumi
28  ⓪	29  15時～16時 NEW!! リストラティブヨガ natsumi	30 10時～11時 ベーシックガ keiko	31 10時～11時 リラックスヨガ keiko	01	02	03