

月	火	水	木	金	土	日
アシュタンガヨガマイソールクラス 6:00～9:00 セイヤ					担当、時間変更	9:00～10:30 アシュタンガヨガ レッドクラス セイヤ
10:30～11:45 ヴィンヤサヨガ カナコ	10:30～11:45 メディテーションヨガ サヤカ	10:30～11:45 ハタヨガ エリ	10:30～11:45 陰ヨガ サヤカ	10:30～11:45 ハタヨガ サヤカ	10:30～11:45 ハタフロー ミドリ	11:00～12:15 ハタヨガ ユウ
担当変更	インストラクター 養成講座		13:00～14:15 音のヨガ サヤカ	シンギングボウルで リラックス!	13:00～14:15 インヤンヨガ ミナ	ワークショップ インストラクター 養成講座
		15:00～16:15 ハタヨガ チサ	14:30～15:30 ママ&マタニティ サヤカ		15:00～16:15 ☆第2土曜のみ 乳がんフレンズヨガ チサ	
				16:15～17:30 陰ヨガ エリ	ワークショップ	
19:00～20:15 アロマキャンドルヨガ ナミ	19:00～20:15 アシュタンガヨガ ミナ	19:00～20:15 ハタヨガ タイ	19:00～20:15 ヴィンヤサヨガ アヤ	19:00～20:15 ハタフロー キョウコ		

急遽レッスン内容やインストラクターが変更になる場合がございます。代行情報をご確認ください。

マイソールクラスはレギュラーチケット使用不可。マイソールパスが必要となります。祝日は夜のレッスンは休講となります。