

studio SUNDARI 板宿スタジオ スケジュール

月	火	水	木	金	土	日
	10:30~11:45 はじめての シバナンダヨガ Kuri 	10:30~11:45 陰ヨガ サヤカ 	10:30~11:45 ヴィンヤサヨガ カナコ	10:30~11:45 ハタヨガ サチコ 		ワークショップ インストラクター 養成講座
	13:30~14:45 アシュタンガヨガ ミナ	インストラクター 養成講座			14:30~15:45 はじめての アシュタンガヨガ ハヤシ 	
			19:00~20:15 アーユルヴェディック ヨガ サチコ 	19:00~20:15 ハタヨガ Chisa 		

板宿スタジオは予約制となっております。

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。

祝日は夜のレッスンは休講となります。