

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
29	30	29	1	2 06:30-7:30 KAYOKO 早朝瞑想ヨガ	3 10:00~11:30 KAYOKO ヨガアライメント 8名	4 10:00~11:30 KAYOKO ヨガアライメント 8名
			19:00~20:30 KAYOKO ヨガ All Level 8名			
5	6 06:30-7:30 KAYOKO 早朝瞑想ヨガ 9:30~11:00 KAYOKO ヨガアライメント 8名 19:00~20:30 KAYOKO ヨガベーシック 8名	7	8 11:00~12:30 YOSHIKA ピラティス 8名 19:00~20:30 KAYOKO ヨガ All Level 8名	9 06:30-7:30 KAYOKO 早朝瞑想ヨガ	10 10:00~11:30 YOSHIKA 12日月曜日に振替となります	11 10:00~11:30 YOSHIKA ヨガ+ピラティス 8名
12 山の日 10:00~11:30 YOSHIKA ヨガ+ピラティス 8名	13 06:30-7:30 KAYOKO 早朝瞑想ヨガ 9:30~11:00 KAYOKO ヨガアライメント 8名 19:00~20:30 KAYOKO ヨガベーシック 8名	14	15 10:00~11:30 YOSHIKA ヨガお盆スペシャル 8名 19:00~20:30 KAYOKO ヨガ All Level 8名	16 06:30-7:30 KAYOKO 早朝瞑想ヨガ	17 10:00~11:30 YOSHIKA ヨガ+ピラティス 8名	18 10:00~11:30 KAYOKO ヨガアライメント 8名
19	20 06:30-7:30 KAYOKO 早朝瞑想ヨガ 9:30~11:00 KAYOKO ヨガアライメント 8名 19:00~20:15 KAYOKO リストラティブヨガ 5名	21	22 11:00~12:30 YOSHIKA ピラティス 8名 19:00~20:30 KAYOKO ヨガ All Level 8名	23 06:30-7:30 KAYOKO 早朝瞑想ヨガ	24 10:00~11:30 YOSHIKA ヨガ+ピラティス 8名	25 10:00~11:30 YOSHIKA ヨガ+ピラティス 8名 アーユルヴェーダ講座 日々の過ごし方・第6回 13:00~16:00 KAYOKO
26	27 06:30-7:30 KAYOKO 早朝瞑想ヨガ 9:30~11:00 KAYOKO ヨガアライメント 8名 19:00~20:30 KAYOKO ヨガベーシック 8名	28	29 19:00~20:30 KAYOKO ヨガ All Level 8名	30 06:30-7:30 KAYOKO 早朝瞑想ヨガ	31 10:00~11:30 YOSHIKA ヨガ+ピラティス 8名	9月1日 10:00~11:30 KAYOKO ヨガアライメント 8名

【今月のお知らせ】 15日(木) お盆スペシャル 股関節+下半身強化のヨガクラスを行います!! (通常チケットで参加可能・詳しくは後日NEWSにUPします^^)/  
 10日(土)のクラスが12日に振替となっています! ご確認の上、お間違えのないようご参加くださいm(\_)\_m  
 朝ヨガが週2回で復活します!! 8月通いたい放題 14,000円(税込) 1クラス2,000(税込)でご参加いただけます(^^)/