

# 5月

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>
	10:30-11:45 セラピー	9:30-10:30 スーリヤナマスカーラ★ 15:00-16:15 アサナの準備		9:30-10:45 シニア 15:00-16:15 セラピー 19:00-20:15 基礎 ★	8:30-9:30 朝ヨガ (特別クラス)	
<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>
休 東京クラス 下高井戸Yoga	10:30-11:45 セラピー	9:30-10:30 スーリヤナマスカーラ★ 休 東京クラス Aruputham	休 藤沢クラス studio Moze	9:30-10:45 シニア 15:00-16:15 セラピー 19:00-20:15 基礎 ★	10:30-11:45 基礎★ 15:00-16:15 アサナの準備	16:30-17:30 夕ヨガ (特別クラス)
<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>
8:30-9:45 ハタフロー★ 10:30-11:45 セラピー	10:30-11:45 セラピー	9:30-10:30 スーリヤナマスカーラ★ 15:00-16:15 アサナの準備	休 藤沢クラス studio Moze	9:30-10:45 シニア 15:00-16:15 セラピー 19:00-20:15 基礎 ★	10:30-11:45 基礎★ 15:00-16:15 アサナの準備	休 東京クラス manika yoga
<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>
休 東京クラス 下高井戸Yoga	10:30-11:45 セラピー	9:30-10:30 スーリヤナマスカーラ★ 休 東京クラス Aruputham	休 藤沢クラス studio Moze	9:30-10:45 シニア 15:00-16:15 セラピー 19:00-20:15 基礎 ★	10:30-11:45 基礎★ 15:00-16:15 アサナの準備	休 研修
<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
休 研修	休 研修	休 研修	休 研修	休 研修	休 研修	休 東京クラス manika yoga