

7月

Sun

Mon

Tue

Wed

Thu

Fri

Sat

1

16:30-17:45
セラピー

2

3

4

5

6

7

8

休

10:30-11:45
セラピー

9:30-10:30
スーリヤナマスカーラ★

休

9:30-10:45
シニア

休

休

研修

15:00-16:15
アサナの準備

藤沢クラス
studio Moze

15:00-16:15
セラピー

研修

研修

19:00-20:15
基礎 ★

9

10

11

12

13

14

15

休

休

休

休

9:30-10:45
シニア

10:30-11:45
基礎★

休

研修

研修

東京クラス
Aruputham

藤沢クラス
studio Moze

15:00-16:15
セラピー

15:00-16:15
アサナの準備

東京クラス
manika yoga

19:00-20:15
基礎 ★

16

17

18

19

20

21

22

休

8:30-9:45
ハタフロー★

9:30-10:30
スーリヤナマスカーラ★

休

9:30-10:45
シニア

10:30-11:45
基礎★

休

東京クラス
下高井戸Yoga
16:30-17:45
基礎 ★

15:00-16:15
基礎 ★

15:00-16:15
アサナの準備

藤沢クラス
studio Moze

15:00-16:15
セラピー

15:00-16:15
アサナの準備

19:00-20:15
基礎 ★

23

24

25

26

27

28

29

8:30-9:45
ハタフロー★

10:30-11:45
セラピー

9:30-10:30
スーリヤナマスカーラ★

休

9:30-10:45
シニア

10:30-11:45
基礎★

15:00-16:15
基礎 ★

休
東京クラス
Aruputham

藤沢クラス
studio Moze

15:00-16:15
セラピー

15:00-16:15
アサナの準備

16:30-17:45
セラピー

19:00-20:15
基礎 ★

30

31

8:30-9:45
ハタフロー★

10:30-11:45
セラピー

15:00-16:15
基礎 ★