

8月

Sun

Mon

Tue

Wed

Thu

Fri

Sat

30	31	1	2	3	4	5
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 藤沢クラス studio Moze	9:30-10:45 シニア	10:30-11:45 基礎★	休
15:00-16:15 基礎 ★		15:00-16:15 アサナの準備		15:00-16:15 セラピー	15:00-16:15 アサナの準備	
				19:00-20:15 基礎 ★		
6	7	8	9	10	11	12
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 藤沢クラス studio Moze	9:30-10:45 シニア	10:30-11:45 基礎★	休 東京クラス manika yoga
15:00-16:15 基礎 ★		休 東京クラス Aruputham		15:00-16:15 セラピー	15:00-16:15 アサナの準備	
				19:00-20:15 基礎 ★		
13	14	15	16	17	18	19
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	9:30-10:45 シニア	休 研修 The Practice	休 研修 The Practice
16:30-17:45 基礎 ★		15:00-16:15 アサナの準備		15:00-16:15 セラピー		
20	21	22	23	24	25	26
休 研修 The Practice	休	休 東京クラス Aruputham	休 研修 シニアヨガTTC	休 研修 シニアヨガTTC	休 研修 シニアヨガTTC	休 研修 横浜
27	28	29	30	31		
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 藤沢クラス studio Moze	9:30-10:45 シニア		
15:00-16:15 基礎 ★		15:00-16:15 アサナの準備		15:00-16:15 セラピー		
				19:00-20:15 基礎 ★		