

12月

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
26	27	28	29	30	1	2
休 研修 東京	10:30-11:45 セラピー	9:30-10:45 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	10:30-11:45 シニア 15:00-16:15 セラピー 19:00-20:15 基礎 ★	10:30-11:45 基礎★	休
3	4	5	6	7	8	9
10:30-12:00 ハタフロー★★ 15:00-16:15 基礎 ★	10:30-11:45 セラピー	9:30-10:45 基礎 ★ 15:00-16:15 フロー基礎	休	9:30-10:45 シニア 15:00-16:15 セラピー	10:30-11:45 スーリヤナマスカーラ★	休
10	11	12	13	14	15	16
10:30-12:00 ハタフロー★★ 15:00-16:15 基礎 ★	10:30-11:45 セラピー	9:30-10:45 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★	休 東京クラス manika yoga 下高井戸Yoga
17	18	19	20	21	22	23
休 研修 東京	休	9:30-10:45 基礎 ★ 15:00-16:15 フロー基礎	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	10:30-11:45 スーリヤナマスカーラ★	休
24	25	26	27	28	29	30
10:30-12:00 ハタフロー★★ 15:00-16:15 基礎 ★	10:30-11:45 セラピー	9:30-10:45 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	休	休