

7月

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
1	2	3	4	5	6	7
10:30-12:00 ハタフロー★★	10:30-11:45 セラピー	9:30-10:45 スーリヤナマスカーラ★	13:00-14:15 基礎	休	10:30-11:45 スーリヤナマスカーラ★	休 京都
15:00-16:15 基礎		15:00-16:15 基礎				
8	9	10	11	12	13	14
休 京都	休 京都	休 東京クラス Aruputham	休 15:00-16:15 基礎	9:30-10:45 シニア 15:00-16:15 セラピー	10:30-11:45 フロー基礎 ★	休 16:00-17:15 基礎
15	16	17	18	19	20	21
10:30-12:00 ハタフロー★★	10:30-11:45 セラピー	9:30-10:45 フロー基礎 ★	13:00-14:15 基礎	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 東京クラス manikayoga
15:00-16:15 基礎		15:00-16:15 基礎				
22	23	24	25	26	27	28
休 横浜WS	10:30-11:45 セラピー 15:00-16:15 基礎	8:30-9:45 morning flow★ 休 東京クラス Aruputham	休 東京WS	休	10:30-11:45 フロー基礎 ★ 15:00-16:15 基礎	休 16:00-17:15 基礎
29	30	31				
休 さいたまWS	10:30-11:45 セラピー	9:30-10:45 フロー基礎 ★ 15:00-16:15 基礎				