

12月

| Sun | Mon | Tue | Wed | Thu | Fri | Sat |
|------------------------|----------------------------------|----------------------------|--------------|---------------------|-------------------------------|---------------------------------|
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 1 |
| 10:30-11:45 フロ-基礎 ★ | 10:30-11:45 セラピー | 8:30-9:45 morning flow★ | 休 | 9:30-10:45 シニア | 10:30-11:45 フロ-基礎 ★ | 休 |
| 15:00-16:15 基礎 | | 休 | | 15:00-16:15 セラピー | 15:00-16:15 基礎 | |
| | | 東京クラス Aruputham | | | | |
| 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 10:30-11:45 フロ-基礎 ★ | 10:30-11:45 セラピー | 9:30-10:45 フロ-基礎 ★ | 休 | 休 | 休 | 休 |
| 15:00-16:15 基礎 | 15:00-16:15 基礎 | 15:00-16:15 基礎 | ヴィヤガラーサナTTC | | | 藤沢WS |
| | | | | | | |
| 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| 10:30-11:45 フロ-基礎 ★ | 10:30-11:45 セラピー | 8:30-9:45 morning flow★ | 休 | 休 | 休 | 休 |
| 15:00-16:15 基礎 | 15:00-16:15 基礎 | 休 | The Practice | The Practice | The Practice | 東京クラス manikayoga 下高井戸yoga |
| | | 東京クラス Aruputham | | | | |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| 休 | 10:30-11:45 セラピー | 9:30-10:45 フロ-基礎 ★ | 休 | 9:30-10:45 シニア | 10:30-11:45 スーリヤナマスカーラ★ | 休 |
| 東京WS | 15:00-16:15 基礎 | 15:00-16:15 基礎 | | 15:00-16:15 セラピー | | |
| | | | | | | |
| 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |
| 10:30-11:45 フロ-基礎 ★ | 10:00-12:00 X'masスペシャル | 8:30-9:45 morning flow★ | 休 | 9:30-10:45 シニア | 10:00-12:00 年末スペシャル | 休 |
| 15:00-16:15 基礎 | チケット+500円 | 休 | | 15:00-16:15 セラピー | チケット+500円 | |
| | | 東京クラス Aruputham | | | | |
| 30 | 31 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 休 | 休 | 休 | 休 | 休 | 10:30-11:45 スーリヤナマスカーラ★ | 休 |
| | | | | | 15:00-16:15 基礎 | |
| | | | | | | |