

# 4月

**Sun**

**Mon**

**Tue**

**Wed**

**Thu**

**Fri**

**Sat**

<b>29</b> 休	<b>30</b> 10:30-11:45 スーリヤナマスカーラ★	<b>31</b> 9:30-11:00 flow 90 ★ 15:00-16:15 基礎	<b>1</b> 休	<b>2</b> 9:30-10:45 シニア 休	<b>3</b> 10:30-11:45 スーリヤナマスカーラ★ 13:00-14:00 セラピーfor首肩腰膝	<b>4</b> 休 15:00-16:15 基礎
<b>5</b> 10:30-12:00 flow 90 ★	<b>6</b> 10:30-11:45 スーリヤナマスカーラ★	<b>7</b> 9:30-11:00 flow 90 ★ 15:00-16:15 基礎	<b>8</b> 休	<b>9</b> 9:30-10:45 シニア 15:00-16:15 基礎	<b>10</b> 10:30-11:45 スーリヤナマスカーラ★ 13:00-14:00 セラピーfor首肩腰膝	<b>11</b> 休
<b>12</b> 10:30-12:00 flow 90 ★ 13:00-14:15 基礎	<b>13</b> 10:30-11:45 スーリヤナマスカーラ★ 13:00-14:00 セラピーfor首肩腰膝	<b>14</b> 8:30-9:45 morning flow★ 休 東京クラス Aruputham	<b>15</b> 休	<b>16</b> 9:30-10:45 シニア 休	<b>17</b> 休 ヴィジョンオブヨガ京都	
<b>19</b> 休	<b>20</b> 休	<b>21</b> 休	<b>22</b> 休	<b>23</b> 休	<b>24</b> 休	<b>25</b> 休
ヴィジョンオブヨガ京都						
<b>26</b> 休 ヴィジョンオブヨガ京都	<b>27</b> 休	<b>28</b> 8:30-9:45 morning flow★ 休 東京クラス Aruputham	<b>29</b> 休	<b>30</b> 9:30-10:45 シニア 15:00-16:15 基礎	<b>1</b> 10:30-11:45 スーリヤナマスカーラ★ 13:00-14:00 セラピーfor首肩腰膝	<b>2</b> 休 15:00-16:15 基礎