

4月 スケジュールは変更になる場合もありますのでネット予約サイトからご確認下さい。

月	火	水	木	金	土	日	
					1	2	3
				定休日	9:10~デトックスA ゆっくり動く呼吸と振じり 70min Miwa 11:10~骨盤&肩コリ改善 バランスを意識 60min Miwa 13:10~デトックスB 基本の振じり 60min Miwa 15:00~プライベート 60min Miwa	8:40~朝ヨガ・アロマヨガ やさしいハタヨガ 60min Miwa 10:40~ハタヨガA ゆっくり動くお腹引締め 70min Miwa 13:10~陰陽ヨガ1 股関節・肩関節と呼吸 60min Miwa 15:00~プライベート 60min Miwa	
4	5	6	7	8	9	10	
8:40~骨盤&肩コリ改善 バランスを意識 60min Miwa 10:30~ハタヨガA ゆっくり動くお腹引締め 70min Miwa 12:30~陰陽ヨガ1 股関節・肩関節と呼吸 60min Miwa 14:15~プライベート 60min Miwa	8:40~パワーヨガMIX エクササイズ&太陽礼拝 60min Miwa 10:30~アロマ陰陽ヨガ スローフロー&ホールド 70min Miwa 13:00-15:00 養成講座 Miwa 17:00~プライベート 60min Miwa	10:30~メディ&パワーヨガ 瞑想&パワーヨガ 60min Miwa 12:30~アロマヨガ やさしいハタヨガ 60min Miwa 14:30~16:30 養成講座 18:50~陰陽ヨガ1 股関節・肩関節と呼吸	9:10~アロマデトックス ゆっくり振じる&月礼拝 70min Miwa 11:10~アロマリラックス 呼吸&ストレッチ 60min Miwa 13:10~デトックスB 基本の振じり 60min Miwa 15:00~プライベート 60min Miwa 17:00~プライベート(予備) 60min Miwa	定休日	9:10~ハタヨガA ゆっくり動くお腹引締め 70min Miwa 11:10~骨盤&肩コリ改善 バランスを意識 60min Miwa 13:10~デトックスB 基本の振じり 60min Miwa 15:00~プライベート 60min Miwa	8:40~朝ヨガ・アロマヨガ やさしいハタヨガ 60min Miwa 10:40~パワーヨガ初級 やさしい太陽礼拝 60min Miwa 13:10~陰陽ヨガ1 股関節・肩関節と呼吸 60min Miwa 15:00-17:00 養成講座(ヨガ哲学) Miwa	
11	12	13	14	15	16	17	
8:40~骨盤&肩コリ改善 バランスを意識 60min Miwa 10:30~デトックスA ゆっくり動く呼吸と振じり 70min Miwa 12:30~陰陽ヨガ1 股関節・肩関節と呼吸 60min Miwa 14:30~産後ヨガ 60min Miwa	8:40~パワーヨガMIX エクササイズ&太陽礼拝 60min Miwa 10:30~アロマ陰陽ヨガ スローフロー&ホールド 70min Miwa 12:30~プライベート 60min Miwa 17:00~プライベート(予備) 60min Miwa	10:30~メディ&パワーヨガ 瞑想&パワーヨガ 60min Miwa 12:30~アロマリラックス 呼吸&ストレッチ 60min Miwa 14:30~16:30 養成講座 18:50~陰陽ヨガ1 股関節・肩関節と呼吸	9:10~アロマデトックス ゆっくり振じる&月礼拝 70min Miwa 11:10~ボディケア 肩コリ&骨盤 60min Miwa 13:00-15:00 養成講座 Miwa 17:00~プライベート(予備) 60min Miwa	定休日	9:10~デトックスA ゆっくり動く呼吸と振じり 70min Miwa 11:10~骨盤&肩コリ改善 バランスを意識 60min Miwa 13:10~デトックスB 基本の振じり 60min Miwa 15:00~マタニティヨガ 60min Miwa	8:40~朝ヨガ・アロマヨガ やさしいハタヨガ 60min Miwa 10:40~ハタヨガA ゆっくり動くお腹引締め 70min Miwa 13:10~陰陽ヨガ1 股関節・肩関節と呼吸 60min Miwa 15:00-17:00 養成講座(ヨガ哲学) Miwa	
18	19	20	21	22	23	24	
8:40~骨盤&肩コリ改善 バランスを意識 60min Miwa 10:30~ハタヨガA ゆっくり動くお腹引締め 70min Miwa 12:30~陰陽ヨガ1 股関節・肩関節と呼吸 60min Miwa 14:15~プライベート 60min Miwa	8:40~パワーヨガMIX エクササイズ&太陽礼拝 60min Miwa 10:30~アロマ陰陽ヨガ スローフロー&ホールド 70min Miwa 13:00-15:00 養成講座 Miwa 17:00~プライベート 60min Miwa	10:30~メディ&パワーヨガ 瞑想&パワーヨガ 70min Miwa 12:30~アロマヨガ やさしいハタヨガ 60min Miwa 14:30~16:30 養成講座 18:50~陰陽ヨガ1 股関節・肩関節と呼吸	9:10~アロマデトックス ゆっくり振じる&月礼拝 70min Miwa 11:10~アロマリラックス 呼吸&ストレッチ 60min Miwa 13:00-15:00 養成講座 Miwa 17:00~プライベート(予備) 60min Miwa	定休日	9:10~ハタヨガA ゆっくり動くお腹引締め 70min Miwa 11:10~骨盤&肩コリ改善 バランスを意識 60min Miwa 13:10~デトックスB 基本の振じり 60min Miwa 15:00~プライベート 60min Miwa	8:40~朝ヨガ・アロマヨガ やさしいハタヨガ 60min Miwa 10:40~パワーヨガ初級 やさしい太陽礼拝 60min Miwa 13:10~陰陽ヨガ1 股関節・肩関節と呼吸 60min Miwa 15:00-17:00 養成講座(ヨガ哲学) Miwa	
25	26	27	28	29	30	5月1日	
8:40~骨盤&肩コリ改善 バランスを意識 60min Miwa 10:30~デトックスA ゆっくり動く呼吸と振じり 70min Miwa 12:30~陰陽ヨガ1 股関節・肩関節と呼吸 60min Miwa 14:30~産後ヨガ 60min Miwa	8:40~パワーヨガMIX エクササイズ&太陽礼拝 60min Miwa 10:30~アロマ陰陽ヨガ スローフロー&ホールド 70min Miwa 13:00-15:00 養成講座 Miwa 17:00~プライベート(予備) 60min Miwa	10:30~メディ&パワーヨガ 瞑想&パワーヨガ 70min Miwa 12:30~アロマリラックス 呼吸&ストレッチ 60min Miwa 14:30~16:30 養成講座 18:50~陰陽ヨガ1 股関節・肩関節と呼吸	9:10~アロマデトックス ゆっくり振じる&月礼拝 70min Miwa 11:10~ボディケア 肩コリ&骨盤 60min Miwa 13:00-15:00 養成講座 Miwa 17:00~プライベート(予備) 60min Miwa	9:10~ハタヨガA ゆっくり動くお腹引締め 70min Miwa 11:10~アロマリラックス 呼吸&ストレッチ 60min Miwa 15:00~プライベート 60min Miwa	9:10~デトックスA ゆっくり動く呼吸と振じり 70min Miwa 11:10~骨盤&肩コリ改善 バランスを意識 60min Miwa 13:10~デトックスB 基本の振じり 60min Miwa 15:00~マタニティヨガ 60min Miwa	連休スケジュール	