

9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。

9月	火	水	木	金	土	日
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	1	2	3	4	5
9:10`デトックスヨガ ゆっくり振る&月礼拝 70min Miwa	定休日	9:10`ハタヨガB 基本のアーサナ 60min Miwa	8:10`朝ヨガ 夏の陰ヨガB 60min Miwa			
11:10`ボディケア 肩こり・骨盤 60min Miwa		11:10`骨盤&肩コリ改善 バランスを意識 60min Miwa	10:10`パワーヨガ初級 やさしい太陽礼拝 60min Miwa			
13:00-15:00 養成講座 Miwa		13:10`夏の陰ヨガB 内側から伸ばす 60min Miwa	12:30`プライベート 60min Miwa			
		15:00-17:00 養成講座 Miwa	14:15-16:15 養成講座 Miwa			
9:10`デトックスヨガ ゆっくり振る&月礼拝 70min Miwa		9:10`ハタヨガB 基本のアーサナ 60min Miwa	8:10`朝ヨガ 夏の陰ヨガB 60min Miwa			
11:10`ボディケア 肩こり・骨盤 60min Miwa		11:10`骨盤&肩コリ改善 バランスを意識 60min Miwa	10:10`パワーヨガ初級 やさしい太陽礼拝 60min Miwa			
13:00-15:00 養成講座 Miwa		13:10`夏の陰ヨガB 内側から伸ばす 60min Miwa	12:30`やさしいハタヨガ ゆっくり動く 60min Miwa			
		15:00`プライベート 60min Miwa	14:15`プライベート 60min Miwa			
8:40`朝ヨガ 夏の陰ヨガB 60min Miwa	8:40`パワーフローヨガ 中級/呼吸を意識 60min Miwa		9:10`デトックスヨガ ゆっくり振る&月礼拝 70min Miwa	定休日	9:10`ハタヨガB 基本のアーサナ 60min Miwa	8:10`朝ヨガ 夏の陰ヨガB 60min Miwa
10:30`ハタヨガA 呼吸を意識 70min Miwa	10:30`夏の陰ヨガA 内側から伸ばす 70min Miwa	10:30`メディ&パワーヨガ 瞑想&パワーヨガ 60min Miwa	11:10`ボディケア 肩こり・骨盤 60min Miwa		11:10`骨盤&肩コリ改善 バランスを意識 60min Miwa	10:10`パワーヨガ初級 やさしい太陽礼拝 60min Miwa
12:30`夏の陰ヨガB 内側から伸ばす 70min Miwa	12:30`プライベート 60min Miwa	12:30`やさしいハタヨガ ゆっくり動く 60min Miwa	13:00-15:00 養成講座 Miwa		13:10`夏の陰ヨガB 内側から伸ばす 60min Miwa	12:30`やさしいハタヨガ ゆっくり動く 60min Miwa
14:30-16:30 ヨガ修養講座160	14:15`ヨガ検定対策講座 90min Miwa	15:40`17:40 養成講座 19:00`夏の陰ヨガB 内側から伸ばす 60min Miwa			15:00`プライベート 60min Miwa	14:15`プライベート 60min Miwa
8:40`朝ヨガ 夏の陰ヨガB 60min Miwa	8:40`パワーフローヨガ 中級/呼吸を意識 60min Miwa		9:10`デトックスヨガ ゆっくり振る&月礼拝 70min Miwa	定休日	9:10`ハタヨガB 基本のアーサナ 60min Miwa	8:10`朝ヨガ 夏の陰ヨガB 60min Miwa
10:30`ハタヨガA 呼吸を意識 70min Miwa	10:30`夏の陰ヨガA 内側から伸ばす 70min Miwa	10:30`メディ&パワーヨガ 瞑想&パワーヨガ 60min Miwa	11:10`ボディケア 肩こり・骨盤 60min Miwa		11:10`骨盤&肩コリ改善 バランスを意識 60min Miwa	10:10`パワーヨガ初級 やさしい太陽礼拝 60min Miwa
12:30`プライベート 60min Miwa	12:40`ヨガ検定対策講座 90min Miwa	12:30`やさしいハタヨガ ゆっくり動く 60min Miwa	13:00-15:00 養成講座 Miwa		13:10`夏の陰ヨガB 内側から伸ばす 60min Miwa	12:30`プライベート 60min Miwa
14:30-16:30 ヨガ修養講座160	17:00`プライベート 60min Miwa	19:00`夏の陰ヨガB 内側から伸ばす 60min Miwa			15:00`産後ヨガ 60min Miwa	14:30-16:30 ヨガ修養講座160
9:10`パワーヨガ初級 やさしい太陽礼拝 60min Miwa	8:40`パワーフローヨガ 中級/呼吸を意識 60min Miwa		9:10`デトックスヨガ ゆっくり振る&月礼拝 70min Miwa	9:10`夏の陰ヨガB 内側から伸ばす 60min Miwa	9:10`ハタヨガB 基本のアーサナ 60min Miwa	8:10`朝ヨガ 夏の陰ヨガB 60min Miwa
11:10`デトックスヨガB 基本の振じり 60min Miwa	10:30`夏の陰ヨガA 内側から伸ばす 70min Miwa	10:30`メディ&パワーヨガ 瞑想&パワーヨガ 60min Miwa	11:10`ボディケア 肩こり・骨盤 60min Miwa	11:10`デトックスヨガB 基本の振じり 60min Miwa	11:10`骨盤&肩コリ改善 バランスを意識 60min Miwa	10:10`パワーヨガ初級 やさしい太陽礼拝 60min Miwa
13:00`産後ヨガ 60min Miwa	12:30`ヨガ検定対策講座 90min Miwa	12:30`やさしいハタヨガ ゆっくり動く 60min Miwa	13:00-15:00 養成講座(テスト) Miwa	13:00`プライベート 60min Miwa	13:10`夏の陰ヨガB 内側から伸ばす 60min Miwa	12:30`やさしいハタヨガ ゆっくり動く 60min Miwa
14:45-16:45 ヨガ修養講座160	15:00`プライベート 60min Miwa	15:40`17:40 養成講座 19:00`夏の陰ヨガB 内側から伸ばす 60min Miwa		14:45-16:45 ヨガ修養講座160	15:00`プライベート 60min Miwa	14:30-16:30 ヨガ修養講座160
8:10`朝ヨガ 夏の陰ヨガB 60min Miwa	8:40`パワーフローヨガ 中級/呼吸を意識 60min Miwa		9:10`デトックスヨガ ゆっくり振る&月礼拝 70min Miwa	定休日		
10:30`ハタヨガA 呼吸を意識 70min Miwa	10:30`夏の陰ヨガA 内側から伸ばす 70min Miwa	10:30`メディ&パワーヨガ 瞑想&パワーヨガ 60min Miwa	11:10`ボディケア 肩こり・骨盤 60min Miwa			
12:30`デトックスヨガB 基本の振じり 60min Miwa	12:30`ヨガ検定対策講座 90min Miwa	12:30`やさしいハタヨガ ゆっくり動く 60min Miwa	13:00-15:00 養成講座 Miwa			
	15:00`プライベート 60min Miwa	15:40`17:40 養成講座				
	17:00`プライベート 60min Miwa					