12B	フケジュールに	+亦再にかる担々	合があります。ネ	ハト圣約サイト	からごな到土師	シュー
日曜日	火曜日	・大曜日 水曜日	っかめりより。1 木曜日	金曜日	土曜日	
月唯口	火唯口	小唯口	小唯口	立唯口	上唯口	日曜日
					2	3
					9:30~アロマヨガ 体を伸ばすハタヨガ	9:00~アロマヨガ リラックススローフロー
					60min Miwa	60min Miwa
				定休日	11:15~アロマヨガ	10:45~パワーヨガ初級
					骨盤&肩こり改善 60min Miwa	やさしい太陽礼拝 60min Miwa
					13:15~プライベート	12:45 [~] 浮腫み解消ヨガ
					60min Miwa	背面/下肢
						60min Miwa 14:30-RYT
						Day5
4	5	6	7	8	9	10
	9:30~ハタスローフロー	U	9:30~アロマヨガ	0	9:30~アロマヨガ	9:00~アロマヨガ
	呼吸をコントロール		デトックスヨガ		体を伸ばすハタヨガ	リラックススローフロー
10:30~アロマヨガ	60min Miwa	10:30~メディ&パワーヨガ	70min Miwa		60min Miwa	60min Miwa
体を伸ばすハタヨガ 60min Miwa	11:15~陰陽ヨガ 股関節・背面	瞑想&陰陽ヨガ 90min Miwa	11:15 [~] ボディケア 肩こり・骨盤		11:15~アロマヨガ デトックスヨガ	10:45~パワーヨガ初級 やさしい太陽礼拝
12:30~デトックスヨガB	75min Miwa	90IIIII Wilwa	角とりで月盤 60min Miwa		60min Miwa	60min Miwa
基本のアーサナ	13:30-RYT	13:15~アロマヨガ		定休日	13:15~肩こり改善ヨガ	12:45~浮腫み解消ヨガ
60min Shoko	TT	リラックススローフロー			背中をやわらかく	背面/下肢
14:30-RYT Day5		60min Miwa			60min Miwa	60min Miwa 14:30-RYT
DayS			臨時休講			Day2
						補講
19:00~体を伸ばす陰陽		20.20~仕大小ば十段頃				
60min Miwa	21:00就寝前の肩こり改善	20:30~体を伸ばす陰陽 オンラインヨガ				21:00就寝前の肩こり改善
Oomin Miwa	オンラインヨガ	40min Miwa				オンラインヨガ
	40min Miwa					40min Miwa
11	12	13	14	15	16	17
	9:30~ハタスローフロー		9:30~アロマヨガ		9:30~アロマヨガ	9:00~アロマヨガ
10.20~	呼吸をコントロール	10 20~ / =" . 0 1% = . = 1"	デトックスヨガ		体を伸ばすハタヨガ	リラックススローフロー
10:30~アロマヨガ 体を伸ばすハタヨガ	60min Miwa 11:15~陰陽ヨガ	┃10:30 [~] メディ&パワーヨガ 瞑想&陰陽ヨガ	60min Miwa 11:15 [~] ボディケア		60min Miwa 11:15~アロマヨガ	60min Miwa 10:45~パワーヨガ初級
60min Miwa	股関節·背面	90min Miwa	肩こり・骨盤		骨盤&肩こり改善	やさしい太陽礼拝
12:30~デトックスヨガB	75min Miwa		60min Miwa		60min Miwa	60min Miwa
基本のアーサナ	13:30-RYT	13:15~アロマヨガ	13:15~産後ヨガ	定休日	13:15~プライベート	12:45~浮腫み解消ヨガ
60min Shoko 14:30-RYT	П	リラックススローフロー 60min Miwa	60min Miwa		60min Miwa 15:00~プライベート	背面/下肢 60min Miwa
Day5		Oomin Miwa	Oomin Miwa		60min Miwa	14:30-RYT
						Day3
		10:00~仕た(小げ士)空間				補講
		19:00~体を伸ばす陰陽				
	21:00就寝前の肩こり改善	60min Miwa	21:00就寝前の浮腫み解消			21:00就寝前の肩こり改善
	オンラインヨガ		オンラインヨガ			オンラインヨガ
10	40min Miwa	20	40min Miwa	22	22	40min Miwa
18	19	20	21	22	23	24
	9:30 ⁻ ハタスローフロー 呼吸をコントロール		9:30~アロマヨガ デトックスヨガ		9:30~アロマヨガ 体を伸ばすハタヨガ	9:00~アロマヨガ リラックススローフロー
	60min Miwa	10:30~メディ&パワーヨガ	60min Miwa		60min Miwa	60min Miwa
10:30~アロマヨガ	11:15~陰陽ヨガ	瞑想&陰陽ヨガ	11:15 [~] ボディケア		11:15~アロマヨガ	10:45 [~] パワーヨガ初級
体を伸ばすハタヨガ	股関節·背面	90min Miwa	肩こり・骨盤		デトックスヨガ	やさしい太陽礼拝
60min Miwa 12:30~デトックスヨガB	75min Miwa 13:30-RYT	13:15~アロマヨガ	60min Miwa 13:30-15:00	定休日	60min Miwa 13:15 ⁻ 肩こり改善ヨガ	60min Miwa 12:45 [~] 浮腫み解消ヨガ
基本のアーサナ	TT	リラックススローフロー	ヨガ検定3級	ALFI!H	背中をやわらかく	背面/下肢
60min Shoko		60min Miwa	Miwa		60min Miwa	60min Miwa
14:30-RYT		-				
Day7						
19:00~体を伸ばす陰陽	21.00=1=================================	20:30~体を伸ばす陰陽	21.00=1=================================			
60min Miwa	21:00就寝前の肩こり改善オンラインヨガ	オンラインヨガ 40min Miwa	21:00就寝前の浮腫み解消 オンラインヨガ			
Sommi Maria	40min Miwa	- Jillin Iviiwa	40min Miwa			
	1011111			20	30	31
25		27		79	. 1	
25	9:30-年末スペシャル	27	9:30~アロマヨガ	29	10:00-年末スペシャル	10:00-年末スペシャル
25	26 9:30-年末スペシャル 太陽礼拝108		9:30~アロマヨガ デトックスヨガ	29	10:00-年末スペシャル デトックスヨガ	
	26 9:30-年末スペシャル 太陽礼拝108 70min Miwa	10:30 [~] メディ&パワーヨガ	9:30~アロマヨガ デトックスヨガ 60min Miwa	29	10:00-年末スペシャル	10:00-年末スペシャル 太陽礼拝108
25 10:30 アロマヨガ 体を伸ばすハタヨガ	26 9:30-年末スペシャル 太陽礼拝108 70min Miwa 11:15 ⁻ 陰陽ヨガ		9:30~アロマヨガ デトックスヨガ	29	10:00-年末スペシャル デトックスヨガ	10:00-年末スペシャル
10:30 ⁻ アロマヨガ 体を伸ばすハタヨガ 60min Miwa	26 9:30-年末スペシャル 太陽礼拝108 70min Miwa 11:15 ⁻ 陰陽ヨガ 股関節・背面 75min Miwa	10:30 ⁻ メディ&パワーヨガ 瞑想&陰陽ヨガ 90min Miwa	9:30 [*] アロマヨガ デトックスヨガ 60min Miwa 11:15 [*] ボディケア 肩こり・骨盤 60min Miwa	29 定休日	10:00-年末スペシャル デトックスヨガ 75min Miwa 12:15 - 年末スペシャル リラックス/スローフロー	10:00-年末スペシャル 太陽礼拝108
10:30 ⁻ アロマヨガ 体を伸ばすハタヨガ 60min Miwa 12:30 ⁻ デトックスヨガB	26 9:30-年末スペシャル 太陽礼拝108 70min Miwa 11:15 ⁻ 陰陽ヨガ 股関節・背面 75min Miwa 13:30-RYT	10:30 ⁻ メディ&パワーヨガ 瞑想&陰陽ヨガ 90min Miwa 13:15 ⁻ アロマヨガ	9:30 ⁻ アロマヨガ デトックスヨガ 60min Miwa 11:15 ⁻ ボディケア 肩こり・骨盤		10:00-年末スペシャル デトックスヨガ 75min Miwa 12:15 - 年末スペシャル	10:00-年末スペシャル 太陽礼拝108
10:30 ⁻ アロマヨガ 体を伸ばすハタヨガ 60min Miwa 12:30 ⁻ デトックスヨガB 基本のアーサナ	26 9:30-年末スペシャル 太陽礼拝108 70min Miwa 11:15 ⁻ 陰陽ヨガ 股関節・背面 75min Miwa	10:30 ⁻ メディ&パワーヨガ 瞑想&陰陽ヨガ 90min Miwa 13:15 ⁻ アロマヨガ リラックススローフロー	9:30 アロマヨガ デトックスヨガ 60min Miwa 11:15 ボディケア 肩こり・骨盤 60min Miwa 13:15 産後ヨガ		10:00-年末スペシャル デトックスヨガ 75min Miwa 12:15 - 年末スペシャル リラックス/スローフロー	10:00-年末スペシャル 太陽礼拝108
10:30 ⁻ アロマヨガ 体を伸ばすハタヨガ 60min Miwa 12:30 ⁻ デトックスヨガB 基本のアーサナ 60min Shoko	26 9:30-年末スペシャル 太陽礼拝108 70min Miwa 11:15 ⁻ 陰陽ヨガ 股関節・背面 75min Miwa 13:30-RYT	10:30 ⁻ メディ&パワーヨガ 瞑想&陰陽ヨガ 90min Miwa 13:15 ⁻ アロマヨガ	9:30 [*] アロマヨガ デトックスヨガ 60min Miwa 11:15 [*] ボディケア 肩こり・骨盤 60min Miwa		10:00-年末スペシャル デトックスヨガ 75min Miwa 12:15 - 年末スペシャル リラックス/スローフロー	10:00-年末スペシャル 太陽礼拝108
10:30 ⁻ アロマヨガ 体を伸ばすハタヨガ 60min Miwa 12:30 ⁻ デトックスヨガB 基本のアーサナ	26 9:30-年末スペシャル 太陽礼拝108 70min Miwa 11:15 ⁻ 陰陽ヨガ 股関節・背面 75min Miwa 13:30-RYT	10:30 ⁻ メディ&パワーヨガ 瞑想&陰陽ヨガ 90min Miwa 13:15 ⁻ アロマヨガ リラックススローフロー	9:30 アロマヨガ デトックスヨガ 60min Miwa 11:15 ボディケア 肩こり・骨盤 60min Miwa 13:15 産後ヨガ		10:00-年末スペシャル デトックスヨガ 75min Miwa 12:15 - 年末スペシャル リラックス/スローフロー	10:00-年末スペシャル 太陽礼拝108
10:30 ⁻ アロマヨガ 体を伸ばすハタヨガ 60min Miwa 12:30 ⁻ デトックスヨガB 基本のアーサナ 60min Shoko 14:30-RYT	26 9:30-年末スペシャル 太陽礼拝108 70min Miwa 11:15 ⁻ 陰陽ヨガ 股関節・背面 75min Miwa 13:30-RYT	10:30 ⁻ メディ&パワーヨガ 瞑想&陰陽ヨガ 90min Miwa 13:15 ⁻ アロマヨガ リラックススローフロー 60min Miwa	9:30 アロマヨガ デトックスヨガ 60min Miwa 11:15 ボディケア 肩こり・骨盤 60min Miwa 13:15 産後ヨガ		10:00-年末スペシャル デトックスヨガ 75min Miwa 12:15 - 年末スペシャル リラックス/スローフロー	10:00-年末スペシャル 太陽礼拝108
10:30 ⁻ アロマヨガ 体を伸ばすハタヨガ 60min Miwa 12:30 ⁻ デトックスヨガB 基本のアーサナ 60min Shoko 14:30-RYT	26 9:30-年末スペシャル 太陽礼拝108 70min Miwa 11:15 ⁻ 陰陽ヨガ 股関節・背面 75min Miwa 13:30-RYT	10:30 ⁻ メディ&パワーヨガ 瞑想&陰陽ヨガ 90min Miwa 13:15 ⁻ アロマヨガ リラックススローフロー 60min Miwa	9:30 アロマヨガ デトックスヨガ 60min Miwa 11:15 ボディケア 肩こり・骨盤 60min Miwa 13:15 産後ヨガ 60min Miwa		10:00-年末スペシャル デトックスヨガ 75min Miwa 12:15 - 年末スペシャル リラックス/スローフロー	10:00-年末スペシャル 太陽礼拝108
10:30 ⁻ アロマヨガ 体を伸ばすハタヨガ 60min Miwa 12:30 ⁻ デトックスヨガB 基本のアーサナ 60min Shoko 14:30-RYT	26 9:30-年末スペシャル 太陽礼拝108 70min Miwa 11:15 ⁻ 陰陽ヨガ 股関節・背面 75min Miwa 13:30-RYT	10:30 ⁻ メディ&パワーヨガ 瞑想&陰陽ヨガ 90min Miwa 13:15 ⁻ アロマヨガ リラックススローフロー 60min Miwa 20:30 ⁻ 体を伸ばす陰陽 オンラインヨガ	9:30 アロマヨガ デトックスヨガ 60min Miwa 11:15 ボディケア 肩こり・骨盤 60min Miwa 13:15 産後ヨガ		10:00-年末スペシャル デトックスヨガ 75min Miwa 12:15 - 年末スペシャル リラックス/スローフロー	10:00-年末スペシャル 太陽礼拝108