3月　スケジュールは変更になる場合があります。ネット予約サイトからご確認お願いします。

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
				1	2	3
				定休日	9:45~アロマヨガ 体を伸ばすハタヨガ 60min　Miwa 11:30~アロマヨガ 肩こり&骨盤ケア 60min　Miwa 13:15~プライベート 60min　Miwa	9:30~アロマヨガ リラックススローフロー 60min　Miwa 11:15-アロマヨガ 体を伸ばす陰陽ヨガ 60min　Miwa 13:00-19:00 RYT Day16
4	5	6	7	8	9	10
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 19:00~アロマヨガ リラックススローフロー 60min　Miwa 21:00-20:40 Online 就寝前の浮腫み解消	9:45~ハタスローフロー 呼吸をコントロール 60min　Miwa 11:30~陰陽ヨガ 股関節・背面 75min　Miwa 13:30-RYT TT	10:30~メディ&陰陽ヨガ 90min　Miwa 13:15~アロマヨガ 体を伸ばすハタヨガ 60min　Miwa	9:45-アロマヨガ 体を伸ばす陰陽ヨガ 70min　Miwa 11:30~ボディケア 肩こり・骨盤 60min　Miwa	定休日	9:45~アロマヨガ 体を伸ばすハタヨガ 60min　Miwa 11:30~アロマヨガ デトックスヨガA 60min　Miwa 13:15~アロマヨガ 浮腫み解消ヨガ 60min　Miwa	9:30~アロマヨガ リラックススローフロー 60min　Miwa 11:15~パワーヨガ初級 やさしい太陽礼拝 60min　Miwa 13:00~アロマヨガ 浮腫み解消ヨガ 60min　Miwa 14:45-18:45 RYT Day17 20:00-20:40 Online 骨盤ケア 21:00-20:40 Online 就寝前の肩こり改善
11	12	13	14	15	16	17
10:30~アロマヨガ 体を伸ばすハタヨガ 75min　Miwa 12:30~アロマヨガ やさしいデトックスヨガ 75min　Miwa 14:30-18:30 RYT 補講	9:30~ハタスローフロー 呼吸をコントロール 60min　Miwa 11:15~陰陽ヨガ 股関節・背面 75min　Miwa 13:30-RYT TT	10:30~メディ&パワーヨガ 90min　Miwa 13:15~アロマヨガ 体を伸ばすハタヨガ 60min　Miwa 19:00~アロマヨガ リラックススローフロー 60min　Miwa 21:00-20:40 Online 就寝前の肩こり改善	9:45-アロマヨガ 体を伸ばす陰陽ヨガ 70min　Miwa 11:30~ボディケア 肩こり・骨盤 60min　Miwa 13:15~産後ヨガ 60min　Miwa	定休日	9:45~アロマヨガ 体を伸ばすハタヨガ 60min　Miwa 11:30~アロマヨガ 肩こり&骨盤ケア 60min　Miwa 13:15~アロマヨガ 浮腫み解消ヨガ 60min　Miwa	9:30~アロマヨガ リラックススローフロー 60min　Miwa 11:15~パワーヨガ初級 やさしい太陽礼拝 60min　Miwa 13:00~アロマ肩こり改善ヨガ 肩甲骨周辺 60min　Miwa 14:45-18:45 RYT Day18 20:00-20:40 Online 骨盤ケア 21:00-20:40 Online 就寝前の肩こり改善
18	19	20	21	22	23	24
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 19:00~アロマヨガ リラックススローフロー 60min　Miwa 21:00-20:40 Online 就寝前の浮腫み解消	9:45~ハタスローフロー 呼吸をコントロール 60min　Miwa 11:30~陰陽ヨガ 股関節・背面 75min　Miwa 13:30-RYT TT	10:30~アロマヨガ 体を伸ばすハタヨガ 60min　Miwa 12:15~アロマヨガ リラックススローフロー 60min　Miwa 14:00-15:30ヨガ検定 Miwa	9:45-アロマヨガ 体を伸ばす陰陽ヨガ 70min　Miwa 11:30~ボディケア 肩こり・骨盤 60min　Miwa 13:15~プライベート 60min　Miwa	定休日	9:45~アロマヨガ 体を伸ばすハタヨガ 60min　Miwa 11:30~アロマヨガ デトックスヨガA 60min　Miwa 13:15~プライベート 60min　Miwa	9:30~アロマヨガ リラックススローフロー 60min　Miwa 11:15~パワーヨガ初級 やさしい太陽礼拝 60min　Miwa 13:00~アロマ肩こり改善ヨガ 肩甲骨周辺 60min　Miwa 14:45-18:45 RYT Day19 20:00-20:40 Online 骨盤ケア 21:00-20:40 Online 就寝前の肩こり改善
25	26	27	28	29	30	31
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	9:45~ハタスローフロー 呼吸をコントロール 60min　Miwa 11:30~陰陽ヨガ 股関節・背面 75min　Miwa 13:30-RYT TT	10:30~メディ&陰陽ヨガ 90min　Miwa 13:15~アロマヨガ 体を伸ばすハタヨガ 60min　Miwa 19:00~アロマヨガ リラックススローフロー 60min　Miwa 21:00-20:40 Online 就寝前の肩こり改善	9:45-アロマヨガ 体を伸ばす陰陽ヨガ 70min　Miwa 11:30~ボディケア 肩こり・骨盤 60min　Miwa 13:15~産後ヨガ 60min　Miwa	定休日	9:45~アロマヨガ 体を伸ばすハタヨガ 60min　Miwa 11:30~アロマヨガ 肩こり&骨盤ケア 60min　Miwa 13:15~アロマヨガ 浮腫み解消ヨガ 60min　Miwa	9:30~アロマヨガ リラックススローフロー 60min　Miwa 11:15~パワーヨガ初級 やさしい太陽礼拝 60min　Miwa 13:00~アロマ肩こり改善ヨガ 肩甲骨周辺 60min　Miwa 14:45-18:45 RYT Day20 20:00-20:40 Online 骨盤ケア 21:00-20:40 Online 就寝前の肩こり改善