

| 10/2(月)                                | 3(火)   | 4(水) | 5(木)  | 6(金)                                   | 7(土)                                  | 8(日)   | 9(月)                                   | 10(火)   | 11(水) |
|--|--|------|---|--|---------------------------------------|--|--|---|-------|
| 10:30-11:40<br>エアリアル<br>Kitano<br>★    | 13:00-15:00<br>英会話カフェ<br>James<br>(Scotland) | OFF  | 9:30-10:40<br>インヨガ<br>Kitano<br>★★            | 7:00-8:00<br>朝ヨガ<br>Kitano<br>★★*      | 8:15-9:25<br>朝エアリアル<br>Kitano<br>★    | 10:30-11:40<br>朝ヨガ<br>Kitano<br>★★*          | 10:30-11:40<br>エアリアル<br>Kitano<br>★★   | 10:30-11:40<br>エアリアル<br>Kitano<br>★<br>(託児あり) | OFF   |
| 19:10-19:30<br>アシュタガ<br>workshop       |  |      | 11:00-12:10<br>ハタヨガ<br>Kitano<br>★★<br>(託児あり) | 10:00-10:20<br>アシュタガ<br>workshop       | 10:00-11:10<br>インヨガ<br>Kitano<br>★★   | 13:00-15:00<br>英会話カフェ<br>James<br>(Scotland) | 14:00-14:20<br>アシュタガ<br>workshop       | 13:00-15:00<br>英会話カフェ<br>James<br>(Scotland)  |       |
| 19:30-20:40<br>アシュタガ①<br>Kitano<br>★★* |  |      | 13:00-14:00<br>出張クラス                          | 10:20-11:30<br>アシュタガ①<br>Kitano<br>★★* | 14:00-15:10<br>エアリアル英語<br>Kitano<br>★ | 16:00-17:10<br>エアリアル<br>Kitano<br>★          | 14:20-15:30<br>アシュタガ②<br>Kitano<br>★★* | 19:20-20:30<br>エアリアル<br>Kitano<br>★           |       |
|  |  |      | 14:30-15:40<br>エアリアル<br>Kitano<br>★           | 14:00-15:10<br>ゆっくりヨガ<br>Kitano<br>★   |                                       |  |  | 20:50-22:00<br>やさしいヨガ<br>Moriya<br>★          |       |
|  |  |      | 19:20-20:30<br>エアリアル<br>Kitano<br>★           | 19:20-20:30<br>ハタヨガ<br>Kitano<br>★★    |                                       |  |  |   |       |
|  |  |      | 20:50-22:05<br>シバナナンダ<br>Moriya<br>★★         |  |                                       |  |  |   |       |

| 12(木)   | 13(金)                                      | 14(土)                               | 15(日)   | 16(月)                                       | 17(火)  | 18(水) | 19(木)  | 20(金)                                       | 21(土)                               |
|---|--|-------------------------------------|---|---|--|-------|--|---|-------------------------------------|
| 9:30-10:40<br>ハタヨガ<br>Kitano<br>★★            | 10:00-10:20<br>アシュタガ<br>workshop<br>Kitano | 8:15-9:25<br>朝エアリアル<br>Kitano<br>★  | 8:15-9:25<br>朝ヨガ<br>Kitano<br>★★*                     | 10:30-11:40<br>エアリアル<br>Kitano<br>★         | 10:30-11:40<br>ハタヨガ<br>Kitano<br>★★          | OFF   | 9:30-10:40<br>インヨガ<br>Kitano<br>★★               | 7:00-8:00<br>朝ヨガ<br>Kitano<br>★★*           | 8:15-9:25<br>朝エアリアル<br>Kitano<br>★  |
| 11:00-12:10<br>インヨガ<br>Kitano<br>★★<br>(託児あり) | 10:20-11:30<br>アシュタガ②<br>Kitano<br>★★*     | 13:30-14:30<br>出張クラス                | 11:00-12:10<br>エアリアル<br>Kitano<br>★                   | 19:30-21:00<br>アシュタガ Full<br>Kitano<br>★★★★ | 13:00-15:00<br>英会話カフェ<br>James<br>(Scotland) |       | 11:00-12:10<br>ヴィンヤサ<br>Kitano<br>★★★★<br>(託児あり) | 10:00-11:30<br>アシュタガ Full<br>Kitano<br>★★★★ | 10:00-11:10<br>インヨガ<br>Kitano<br>★★ |
| 14:00-15:10<br>エアリアル<br>Kitano<br>★★          | 14:00-15:10<br>ゆっくりヨガ<br>Kitano<br>★       | 15:00-16:10<br>ハタヨガ<br>Kitano<br>★★ | 13:00-15:00<br>英会話カフェ<br>James<br>(Scotland)          |   | 19:20-20:30<br>エアリアル<br>Kitano<br>★          |       | 14:00-15:10<br>エアリアル<br>Kitano<br>★              | 19:20-20:30<br>ハタヨガ<br>Kitano<br>★★         | 13:30-14:30<br>出張クラス                |
| 19:20-20:30<br>エアリアル<br>Kitano<br>★★          | 19:20-20:30<br>ハタヨガ<br>Kitano<br>★★        |                                     | 15:30-16:40<br>英語キッズ<br>Yoga&Aerial<br>YOGA<br>Kitano |   | 21:00-22:10<br>インヨガ<br>Kitano<br>★★          |       | 19:20-20:30<br>エアリアル<br>Kitano<br>★              |   |                                     |
| 21:00-22:10<br>インヨガ<br>Kitano<br>★★           | 21:00-22:10<br>エアリアル<br>Kitano<br>★        |                                     |   |   |  |       | 21:00-22:10<br>ゆっくりヨガ<br>Kitano<br>★             |   |                                     |

| 22(日)   | 23(月)   | 24(火)   | 25(水)                | 26(木)   | 27(金)   | 28(土)   | 29(日)   | 30(月)   | 31(火)  |
|---|---|---|----------------------|---|---|---|---|---|--|
| <b>秋の</b><br><b>PARK YOGA</b><br><b>in</b><br><b>大仙公園</b><br><br><b>10:30-11:30</b><br><b>YOGA</b><br><b>1000 円</b><br><br><b>11:30-</b><br><b>LUNCH</b><br><b>1500 円</b> | 10:30-11:40<br>エアリアル<br>Kitano<br>★★  | 10:30-11:40<br>エアリアル<br>Kitano<br>★<br>(託児あり) | 13:00-14:00<br>出張クラス | 9:30-10:40<br>インヨガ<br>Kitano<br>★★            | 10:00-11:10<br>アシュタガ<br>HALF<br>Kitano<br>★★* | 8:15-9:25<br>朝エアリアル<br>Kitano<br>★            | <b>カルマヨガ</b><br><b>IN</b><br><b>大鳥大社</b><br><br>8:00 集合<br><br><b>大鳥大社で</b><br><b>お掃除&amp;ヨガ</b><br><b>しましょう!</b> | 10:30-11:40<br>エアリアル<br>Kitano<br>★           | 10:30-11:40<br>ハタヨガ<br>Kitano<br>★★          |
|   | 19:30-20:40<br>アシュタガ<br>HALF<br>Kitano<br>★★*                                     | 13:00-15:00<br>英会話カフェ<br>James<br>(Scotland)  |                      | 11:00-12:10<br>ハタヨガ<br>Kitano<br>★★<br>(託児あり) | 19:20-20:30<br>ハタヨガ<br>Kitano<br>★★           | 11:00-13:30<br>ベジタリアン<br>料理教室<br><br>Mike     |   | 19:30-20:40<br>アシュタガ<br>HALF<br>Kitano<br>★★* | 13:00-15:00<br>英会話カフェ<br>James<br>(Scotland) |
|   |  | 19:20-20:30<br>ハタヨガ<br>Kitano<br>★★           |                      | 14:00-15:10<br>エアリアル<br>Kitano<br>★★          | 21:00-22:10<br>エアリアル<br>Kitano<br>★           | 14:00-16:00<br>英会話カフェ<br>Mike<br>(England)    |   | 11:30-13:30<br>英会話カフェ<br>Mike<br>(England)    | 19:20-20:30<br>エアリアル<br>Kitano<br>★          |
| 16:00-17:10<br>エアリアル<br>Kitano<br>★   |   | 21:00-22:10<br>インヨガ<br>Kitano<br>★★           |                      | 19:20-20:30<br>エアリアル<br>Kitano<br>★           |   | 14:30-15:40<br>アシュタガ<br>HALF<br>Kitano<br>★★* | 12:00-13:10<br>エアリアル<br>Kitano<br>★   | 20:50-22:05<br>シバナンダ<br>Moriya<br>★★          |  |
|   |   |   |                      | 20:50-22:00<br>やさしいヨガ<br>Moriya<br>★          |   |   | 14:00-15:30<br>キッズ英語<br>アクティビティ<br>Mike   |   |  |