

2(月)	3(火)	4(水)	5(木)	6(金)	7(土)	8(日)
10:00-11:00 ハタLight ★ Kana(託児OK) 駐車場A	10:00-11:00 アシュタガゆつくり kitano 駐車場A	9:00-10:00 Self Practice 駐車場A	10:00-11:00 ハタ ★★ kitano 駐車場A	10:00-11:00 アシュタガ前半 Kitano 駐車場A	9:00-10:00 Yoga Trapeze ★ kitano 駐車場A	カルマyoga 8:00 AM 大鳥大社
	11:10-12:10 Yoga Trapeze ★ kitano 駐車場B	10:10-11:10 アシュタガ①★★ Kitano 駐車場B	11:10-12:10 イン★ kitano 駐車場B	11:00-12:00 アシュタガ後半★★ kitano 駐車場B	10:15-11:15 アシュタガ前半★★ Kitano 駐車場B	10:30-11:15 筋トレ・コアトレ Yamashita 駐車場A
13:00-14:00 イン ★ Kitano 駐車場A	13:00-14:00 出張ヨガ Kitano	EP	13:30-14:30 Yoga Trapeze ★ kitano 駐車場A		11:15-12:15 アシュタガ後半★★ kitano 駐車場A	11:45-12:45 Yoga Trapeze ★ kitano 駐車場B
14:10-15:10 アシュタガ後半★★ Kitano 駐車場B			14:40-15:40 アシュタガ前半 Kitano 駐車場B		14:00-15:00 Self Practice 駐車場A	11:45-12:45 特別セッション Yamashita
EP	19:20-20:20 Yoga Trapeze ★ Kitano 駐車場A	19:30-20:30 アシュタガ①★★ Kana 駐車場A	EP	19:20-20:20 ハタ ★★ Kitano 駐車場A	15:10-16:10 イン ★ Kitano 駐車場B	12:50-13:50 特別セッション Yamashita
18:30-19:30 Private lesson	20:30-21:00 Self Practice 駐車場B	20:45-21:45 Graviyoga Mike 駐車場B	20:30-21:30 ハタLight ★ Kana 駐車場A	20:30-21:00 Self Practice 駐車場B		
	21:00-22:00 イン★ Kitano 駐車場A			EP		
9(月)	10(火)	11(水)	12(木)	13(金)	14(土)	15(日)
9:00-10:00 朝ヨガ ★★ Kitano 駐車場A	10:00-11:00 ハタ ★★ Kana 駐車場A	10:00-11:00 アシュタガ前半 Kana 駐車場A	10:00-11:00 エアリアル ★ Risa 駐車場A	10:00-11:00 アシュタガ前半 ★★ Kana 駐車場A	10:30-11:30 エアリアル ★ Kana 駐車場A	9:00-10:00 朝ヨガ ★★ Kitano 駐車場A
10:15-11:15 アシュタガ前半★★ Kitano 駐車場B	11:10-12:10 エアリアル ★ Kana 駐車場B	11:00-12:00 アシュタガ後半★★ Kana 駐車場B		11:00-12:00 アシュタガ後半★★ Kana 駐車場B	11:45-12:45 アシュタガ前半 ★★ Kana 駐車場B	10:15-11:00 筋トレ・コアトレ Yamashita 駐車場B
11:15-12:15 アシュタガ後半★★ kitano 駐車場A						11:30-12:30 Yoga Trapeze ★ Kitano 駐車場A
EP						12:45-13:45 イン ★ Kitano 駐車場B
13:30-14:30 Yoga Trapeze ★ kitano 駐車場B						
14:40-15:40 イン ★ Kitano 駐車場B	19:20-20:20 エアリアル ★ Kana 駐車場A	20:45-21:45 Graviyoga Mike 駐車場B	<p>♡お願い♡</p> <ul style="list-style-type: none"> ・スタジオのドアオープンは15分前です！それ以前は準備などでドタバタしてる時もありますのでご協力よろしくお願いします。 ・オンライン参加の方はなるべく早めにお知らせ頂き、5分前にはログインした状態でお待ち頂く様お願いします！ ・ご予約はなるべく早めをお願いします。24時間前までにご予約がないクラスはクローズもしくは内容変更を行う場合がございますのでご了承ください！ 			
18:30-19:30 Private lesson						

16(月)	17(火)	18(水)	19(木)	20(金)	21(土)	22(日)
9:00-10:00 ハタLight ★ Kana(託児OK) 駐車場A	10:00-11:00 アシュタンガゆつくり kitano 駐車場A	9:00-10:00 Self Practice 駐車場A	10:00-11:00 ハタ★★ kitano 駐車場A	10:00-11:00 アシュタンガ前半★★ Kitano 駐車場A	9:00-10:00 Yoga Trapeze ★ kitano 駐車場A	8:45-9:45 朝ヨガ★★ Kitano 駐車場A
10:15-11:15 Yoga Trapeze ★ kitano 駐車場B	11:10-12:10 Yoga Trapeze ★ kitano 駐車場B	10:10-11:10 アシュタンガ②★★ Kitano 駐車場B	11:10-12:10 イン★ kitano 駐車場B	11:00-12:00 アシュタンガ後半★★ Kitano 駐車場B	10:15-11:15 アシュタンガ前半★★ Kitano 駐車場B	10:00-11:30 ベーシックヨガ90 Nakamoto(託児OK) 駐車場B
11:30-12:30 イン★ Kitano 駐車場A		EP	13:30-14:30 Yoga Trapeze ★ kitano 駐車場A		11:15-12:15 アシュタンガ後半★★ Kitano 駐車場A	11:45-12:30 筋トレ・コアトレ Nakamoto 駐車場A
EP		13:00-14:00 出張ヨガ Kitano	14:40-15:40 アシュタンガ前半 Kitano 駐車場B			13:00-14:00 Yoga Trapeze ★ kitano 駐車場B
	19:20-20:20 Yoga Trapeze ★ Kitano 駐車場A	19:30-20:30 アシュタンガ②★★ Kana 駐車場A	EP	19:20-20:20 ハタ★★ Kitano 駐車場A	14:00-15:00 Self Practice 駐車場A	
	20:30-21:00 Self Practice 駐車場B	20:45-21:45 Gravivoga Mike 駐車場B	20:30-21:30 イン★ Kitano 駐車場A	20:30-21:00 Self Practice 駐車場B	15:10-16:10 イン★ Kitano 駐車場B	16:30-19:30 アサナを深める3時間 Nakamoto
	21:00-22:00 ハタLight ★ Kana 駐車場A			EP		

23(月)	24(火)	25(水)	26(木)	27(金)	28(土)	29(日)
10:00-11:00 ハタLight ★ Kana(託児OK) 駐車場A	10:00-11:00 アシュタンガゆつくり Kitano 駐車場A	9:00-10:00 ハタ★★ kitano 駐車場A		10:00-11:00 アシュタンガ前半★★ Kitano 駐車場A	9:00-10:00 エアリアル★★ kitano 駐車場A	8:45-9:45 朝ヨガ★★ Kitano 駐車場A
EP 13:00-14:00 出張ヨガ Kitano	11:10-12:10 エアリアル★ Kitano 駐車場B	10:10-11:10 イン★ kitano 駐車場B		11:00-12:00 アシュタンガ後半★★ Kitano 駐車場B	10:15-11:15 アシュタンガ前半★★ Kitano 駐車場B	10:00-11:30 ベーシックヨガ90 Nakamoto(託児OK) 駐車場B
14:10-15:10 イン★ Kitano 駐車場A	13:00-14:00 出張ヨガ Kitano	EP		13:30-14:30 エアリアル★★ kitano 駐車場A	11:15-12:15 アシュタンガ後半★★ kitano 駐車場A	11:45-12:30 筋トレ・コアトレ Nakamoto 駐車場A
15:20-16:20 アシュタンガ後半★★ Kitano 駐車場B	19:20-20:20 エアリアル★ Kitano 駐車場A					13:00-14:00 エアリアル★★ kitano 駐車場B
	20:30-21:00 Self Practice 駐車場B	19:30-20:30 アシュタンガ③★★ Kana 駐車場A	EP	19:20-20:20 ハタ★★ Kitano 駐車場A	14:00-15:00 Self Practice 駐車場A	
18:30-19:30 Private lesson	21:00-22:00 ハタLight ★ Kana 駐車場A	20:45-21:45 Gravivoga Mike 駐車場B	20:30-21:30 イン★ Kitano 駐車場A	20:30-21:00 Self Practice 駐車場B EP	15:10-16:10 イン★ Kitano 駐車場B	

30(月)	31(火)
10:00-11:00 ハタLight ★ Kana(託児OK) 駐車場A	10:00-11:00 アシュタンガ前半★ kitano 駐車場A
	11:10-12:10 Yoga Trapeze ★ kitano 駐車場B
13:00-14:00 イン★ Kitano 駐車場A	
14:10-15:10 アシュタンガ後半★★ Kitano 駐車場B	
EP	
18:30-19:30 Private lesson	

8月スケジュール&お知らせ

夏休みで、お子様がお1人で待てる場合は1階使って下さいね～。お気軽にご相談下さい。(託児が必要な方は託児付きクラスでお待ちしております。)

20回: 20000円(+税) @1000

☆前回のマッサージが気持ち良すぎて、私がしてほしい♡と言うことで山下さんにマッサージや鍼やお灸を組み合わせた体メンテナンスの個別セッションの時間を作りました！2人が1人で1時間身体を整えてもらいませんか？

6月中は20回券の方優先予約で、先着順です！

2人の場合: お1人3500円
1人の場合: 4000円

★クラスごとに駐車場が決まっていますので、必ず所定の場所をお願いいたします。2クラス連続で受ける方は後半のクラスの駐車場へ！

★マット洗浄承ります！ご自身でわからない方やめんどくさい方、徹底的に一度洗いたい方はお申し付けください。1000円(+税)

★アシュタンガの経験がない方は最初にワークショップを受けていただきたいのでお知らせください。

★アシュタンガ前半後半続きのクラスは後半のみ参加はできません。

★全クラス家からオンラインで参加可能です。ご希望の方はお伝え下さい。オンラインを受けた際はカードへご自身で記入お願いいたします。

★英会話カフェは予定が決まっていないので、決まり次第お知らせします。