

		1(水)	2(木)	3(金)	4(土)	5(日)
<p><b>SEPTEMBER</b></p> <p>♡お願い♡</p> <p>・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。</p> <p>・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！</p> <p>・ご予約はなるべく早めにお願 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！</p>		10:00-11:00 アシュタガ①★★ Kitano 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 エアリアル★ kitano 駐車場A	8:45-9:45 朝ヨガ★★ Kitano 駐車場A
		EP	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	10:00-10:45 筋トレ・コアトレ Yamashita 駐車場A
		13:00-14:00 出張ヨガ Kitano	12:30-13:30 エアリアル★ kitano		11:15-12:15 アシュタガ後半★★ kitano 駐車場A	11:00-12:00 エアリアル★★ kitano 駐車場B
		19:30-20:30 アシュタガ①★★ Kitano 駐車場A	EP	19:20-20:20 ハタ★★ Kitano 駐車場A	14:00-14:30 Self Practice コアトレ 駐車場A	11:00-12:00 特別セッション Yamashita
		20:45-21:45 Graviyoga Mike	20:30-21:30 イン★ Kitano 駐車場A	20:30-21:00 Self Practice 駐車場B	14:40-15:40 イン★ Kitano 駐車場B	12:10-13:10 特別セッション Yamashita
					EP	
6(月)	7(火)	8(水)	9(木)	10(金)	11(土)	12(日)
10:00-11:00 ハタLight★ Kana(託児OK) 駐車場A	10:00-11:00 アシュタガゆっくり 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
EP	11:10-12:10 Yoga Trapeze★ kitano 駐車場B	10:10-11:10 アシュタガ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	10:30-11:30 朝ヨガ★★ kitano 駐車場A
13:00-14:00 出張ヨガ Kitano		EP	12:30-13:30 Yoga Trapeze★ kitano 駐車場A		11:15-12:15 アシュタガ後半★★ kitano 駐車場A	11:45-12:15 Self Practice コアトレ 駐車場B
18:30-19:30 Private lesson	19:20-20:20 Yoga Trapeze★ Kitano 駐車場A	19:30-20:30 アシュタガ②★★ Kitano 駐車場A		19:20-20:20 ハタ★★ Kitano 駐車場A	14:00-14:30 Self Practice コアトレ 駐車場A	
	20:30-21:00 Self Practice 駐車場B	20:45-21:45 Graviyoga Mike	EP	20:30-21:00 Self Practice 駐車場B	14:40-15:40 イン★ Kitano 駐車場B	
	21:00-22:00 イン★ Kitano 駐車場A		20:30-21:30 ハタLight★ Kana 駐車場A	EP		

13(月)	14(火)	15(水)	16(木)	17(金)	18(土)	19(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	10:00-11:00 アシュタンガ③★★ Kitano 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 エアリアル★ kitano 駐車場A	8:45-9:45 朝ヨガ ★★ Kitano 駐車場A
	11:10-12:10 エアリアル★ kitano 駐車場B	EP	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
13:00-14:00 イン ★ Kitano 駐車場A			12:30-13:30 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
14:10-15:10 アシュタンガ後半★★ Kitano 駐車場B						13:00-14:00 エアリアル★★ kitano 駐車場B
EP	19:20-20:20 エアリアル★ Kitano 駐車場A	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	14:00-14:30 Self Practice コアトレ 駐車場A	
18:30-19:30 Private lesson	20:30-21:00 Self Practice 駐車場B	20:45-21:45 Gravivoga Mike	20:30-21:30 イン★ Kitano 駐車場A	20:30-21:00 Self Practice 駐車場B	14:40-15:40 イン★ Kitano 駐車場B	
	21:00-22:00 ハタLight ★ Kana 駐車場A			EP		

20(月)	21(火)	22(水)	23(木)	24(金)	25(土)	26(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 Self Practice 駐車場A	8:45-9:45 朝ヨガ ★★ 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
11:15-12:15 エアリアル★ 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①★★ Kitano 駐車場B	10:00-10:45 筋トレ・コアトレ Yamashita 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
12:30-13:00 Self Practice コアトレ 駐車場A	13:00-14:00 出張ヨガ Kitano	EP	11:00-12:00 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	19:20-20:20 Yoga Trapeze ★ Kitano 駐車場A	19:30-20:30 アシュタンガ①★★ Kana 駐車場A	11:00-12:00 特別セッション Yamashita		13:00-14:00 出張ヨガ Kitano	13:00-14:00 Yoga Trapeze ★ kitano 駐車場B
	20:30-21:00 Self Practice 駐車場B	20:45-21:45 Gravivoga Mike	12:10-13:10 特別セッション Yamashita	19:20-20:20 ハタ ★★ Kitano 駐車場A	14:10-14:40 Self Practice コアトレ 駐車場A	
18:30-19:30 Private lesson	21:00-22:00 イン★ Kitano 駐車場A			20:30-21:00 Self Practice 駐車場B EP	14:50-15:50 イン★ Kitano 駐車場B	16:30-19:30 アサナを深める3時間 Nakamoto

27(月)	28(火)	29(水)	30(木)
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	10:00-11:00 アシュタンガ②★★ Kitano 駐車場A	10:00-11:00 ハタ ★★ kitano 駐車場A
	11:10-12:10 エアリアル★ kitano 駐車場B	EP	11:10-12:10 イン★ kitano 駐車場B
13:00-14:00 イン ★ Kitano 駐車場A			12:30-13:30 エアリアル★ kitano 駐車場A
14:10-15:10 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		
EP	20:30-21:00 Self Practice 駐車場B	20:45-21:45 Gravivoga Mike	
18:30-19:30 Private lesson	21:00-22:00 イン★ Kitano 駐車場A		

**9月スケジュール&お知らせ**  
20回:20000円(+税) @1000  
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？  
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をお願いいたします。  
★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。