

		1(水)	2(木)	3(金)	4(土)	5(日)	
<p>March</p> <p>・山下さんのお灸&マッサージご希望の方はお知らせください！</p> <p>・エアリアル★★は月8回チケット以上である程度柔軟性筋力があり、エアリアル★ができる方のみです！</p> <p>・アドバンスクラスはピンチャハンドスタンド、逆転ポーズをしてみたい方一緒に練習しましょう！のクラスです。月8回チケット以上の方のみです。</p> <p>・英会話カフェは基本的には第2&4土曜日と第3水曜日の月3回開催します！たくさん気軽に継続して英語時間を作ってほしいです♡ 料金:6回 10000円(2か月以内) ドロップイン 3000円 体験 2000円</p>		10:00-11:00 アシュタガ② 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	7:00-8:00 アシュタガ前半★★ Kitano 駐車場A	8:00 カルマヨガ 大鳥大社	
		11:10-12:10 アドバンス★★★ 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	8:00-9:00 アシュタガ後半★★★ Kitano 駐車場B	9:45-10:45 朝ヨガ★★ Kitano 駐車場A	
			12:20-13:20 エアリアル★★ kitano 駐車場A		9:30-11:00 英会話カフェ Andrew	10:55-11:55 エアリアル★ Kitano 駐車場B	
				18:50-19:20 Self Practice 駐車場B	14:00-14:30 Self Practice 駐車場B		
		EP	19:30-20:30 アシュタガ③★★★ Kitano 駐車場B	19:30-20:30 エアリアル★★ Kitano 駐車場A	19:30-20:30 ハタ★★ Kitano 駐車場A	14:40-15:40 イン★ Kitano 駐車場A	
			20:40-21:40 アドバンス★★★ kitano 駐車場A	20:40-21:40 イン★ Kitano 駐車場B	EP		
6(月)	7(火)	8(水)	9(木)	10(金)	11(土)	12(日)	
10:00-11:00 ハタ★★ kitano 駐車場A	10:00-11:00 アシュタガ③★★★ Kana 駐車場A		10:00-11:00 ハタLight★ Kana 駐車場A		10:00-11:00 アシュタガ前半★★ Kana 駐車場A	8:00-9:00 エアリアル★★ Kitano 駐車場A	
11:10-12:10 イン★ kitano 駐車場B	11:10-12:10 エアリアル★ Kana 駐車場B		11:10-12:10 アシュタガ前半★★ Kana 駐車場B		11:00-12:00 アシュタガ後半★★★ Kana 駐車場B	9:10-10:10 朝ヨガ★★ Kitano 駐車場B	
18:30-19:30 Private lesson	19:30-20:30 エアリアル★ Kana 駐車場B	19:30-20:30 アシュタガ① Kana 駐車場B		19:30-20:30 ハタ★★ Kana 駐車場B		10:20-11:20 筋トレ・コアトレ Yamashita 駐車場A	
EP	20:40-21:40 ハタLight★ Kana 駐車場A						
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		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 エアリアル★★ Kitano 駐車場A	9:00-10:00 朝ヨガ★★ Kitano 駐車場A	
11:10-12:10 エアリアル★ kitano 駐車場B		10:10-11:10 アシュタガ③★★★ 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	10:10-11:10 エアリアル★ Kitano 駐車場B	
	13:00-14:00 出張ヨガ	11:20-12:20 アドバンス★★★ kitano 駐車場A	12:20-13:20 エアリアル★★ kitano 駐車場A		11:15-12:15 アシュタガ後半★★★ Kitano 駐車場A		
	EP						
	18:50-19:20 Self Practice 駐車場A	15:30-17:00 英会話カフェ Andrew		18:50-19:20 Self Practice 駐車場B	12:30-13:30 アドバンス★★★ Kitano 駐車場B		
18:30-19:30 Private lesson	19:30-20:30 エアリアル★ Kana 駐車場B	19:30-20:30 アシュタガ① Kitano 駐車場B	19:30-20:30 エアリアル★★ Kitano 駐車場A	19:30-20:30 ハタ★★ Kitano 駐車場A	14:00-15:00 イン★ Kitano 駐車場A		
	20:40-21:40 ハタLight★ Kana 駐車場A		20:40-21:40 イン★ Kitano 駐車場B	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	9:00-10:00 エアリアル★ Kitano 駐車場A	10:00-11:00 アシタガ② Kitano 駐車場B	10:00-11:00 ハタ ★★ kitano 駐車場A	10:00-11:00 アシタガ前半★★ Kitano 駐車場A	7:00-8:00 アシタガ前半★★ Kitano 駐車場A	9:00-10:30 ベーシックヨガ90 Nakamoto 駐車場B
11:10-12:10 エアリアル★ kitano 駐車場B	10:15-11:15 アシタガ前半★★ Kitano 駐車場B	11:10-12:10 アドバンス★★★ kitano 駐車場A	11:10-12:10 イン★ kitano 駐車場B	11:00-12:00 アシタガ後半★★★ Kitano 駐車場B	8:00-9:00 アシタガ後半★★★ Kitano 駐車場B	10:45-11:45 筋トレ・コアトレ Nakamoto 駐車場A
13:00-14:00 出張ヨガ	11:15-12:15 アシタガ後半★★★ Kitano 駐車場A		12:20-13:20 エアリアル ★★ kitano 駐車場A		9:30-11:00 英会話カフェ Andrew	
	12:30-13:30 イン★ kitano 駐車場B	EP 19:30-20:30 アシタガ③★★ Kitano 駐車場B		18:50-19:20 Self Practice 駐車場B	14:00-14:30 Self Practice 駐車場B	16:30-19:30 アサナを深める3時間 Nakamoto
		20:40-21:40 アドバンス★★★ kitano 駐車場A		19:30-20:30 ハタ ★★ Kitano 駐車場A EP	14:40-15:40 イン★ Kitano 駐車場A	
27(月)	28(火)	29(水)	30(木)	31(金)		
10:00-11:00 ハタLight ★ Kana(託児OK) 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 アシタガ前半★★ Kitano 駐車場A		
11:10-12:10 エアリアル★ kitano 駐車場B		10:10-11:10 アシタガ③ Kitano 駐車場B	11:10-12:10 イン★ kitano 駐車場B	11:00-12:00 アシタガ後半★★★ Kitano 駐車場B		
	18:50-19:20 Self Practice 駐車場A	11:20-12:20 アドバンス★★★ kitano 駐車場A	12:20-13:20 エアリアル ★★ kitano 駐車場A			
	EP 19:30-20:30 エアリアル★ Kana 駐車場B	EP 19:30-20:30 アシタガ①★★ Kitano 駐車場B	19:30-20:30 エアリアル ★★ Kitano 駐車場A			
18:30-19:30 Private lesson						
	20:40-21:40 ハタLight ★ Kana 駐車場A		20:40-21:40 イン★ Kitano 駐車場B			