

					1(土)	2(日)
<p style="text-align: center;">April</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>					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
					10:15-11:15 アシュタンガ前半★★ Kitano 駐車場B	10:10-11:10 エアリアル★ Kitano 駐車場B
					11:15-12:15 アシュタンガ後半★★★ Kitano 駐車場A	
					14:00-14:30 Self Practice 駐車場B	
					14:40-15:40 イン★ Kitano 駐車場A	
3(月)	4(火)	5(水)	6(木)	7(金)	8(土)	9(日)
	7:00-8:00 アシュタンガゆっくり★ 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	7:00-8:00 アシュタンガゆっくり★ kitano 駐車場A	7:00-8:00 アシュタンガ前半★★ Kitano 駐車場A	8:00 カルマヨガ 大鳥大社
	10:00-11:00 アシュタンガ② Kitano 駐車場B	10:10-11:10 アシュタンガ前半★★ Kitano 駐車場B	11:10-12:10 イン★ kitano 駐車場B	10:00-11:00 ハタLight ★ Kana(託児OK) 駐車場A	8:00-9:00 アシュタンガ後半★★★ Kitano 駐車場B	9:45-10:45 朝ヨガ★★ Kitano 駐車場A
	11:10-12:10 エアリアル★ kitano 駐車場A	11:10-12:10 アシュタンガ後半★★★ Kitano 駐車場A	12:20-13:20 エアリアル★★ kitano 駐車場A	11:10-12:10 アシュタンガ③ Kitano 駐車場B	9:30-11:00 英会話カフェ Andrew	11:00-12:00 筋トレ・コアトレ Yamashita 駐車場A
	18:50-19:20 Self Practice 駐車場A EP			18:50-19:20 Self Practice 駐車場A	12:45-13:45 エアリアル★ 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 アシュタンガ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 アドバンス★★★ kitano 駐車場A	20:40-21:40 イン★ Kitano 駐車場A	EP		
10(月)	11(火)	12(水)	13(木)	14(金)	15(土)	16(日)
	7:00-8:00 アシュタンガゆっくり★ kitano 駐車場A	10:00-11:00 アシュタンガ①★★ Kitano 駐車場B	10:00-11:00 ハタ★★ kitano 駐車場A	7:00-8:00 アシュタンガゆっくり★ kitano 駐車場A	9:00-10:00 エアリアル★ Kitano 駐車場A	9:00-10:30 ベーシックヨガ90 Nakamoto 駐車場B
	10:00-11:00 ハタLight ★ Kana(託児OK) 駐車場A	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	10:00-11:00 アシュタンガ前半★★ Kitano 駐車場A	10:15-11:15 アシュタンガ前半★★ Kitano 駐車場B	10:45-11:45 筋トレ・コアトレ Nakamoto 駐車場A
	11:10-12:10 エアリアル★ kitano 駐車場B	EP	12:20-13:20 エアリアル★★ kitano 駐車場A	11:00-12:00 アシュタンガ後半★★★ Kitano 駐車場B	11:15-12:15 アシュタンガ後半★★★ Kitano 駐車場A	
	13:00-14:00 出張ヨガ				14:00-14:30 Self Practice 駐車場B	
	18:50-19:20 Self Practice 駐車場A EP			18:50-19:20 Self Practice 駐車場B	14:40-15:40 イン★ Kitano 駐車場A	16:30-19:30 アサナを深める3時間 Nakamoto
18:30-19:30 Private lesson	19:30-20:30 エアリアル★ Kana 駐車場B	19:30-20:30 アシュタンガ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		
	20:40-21:40 ハタLight ★ Kana 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		

17(月)	18(火)	19(水)	20(木)	21(金)	22(土)	23(日)
	7:00-8:00 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	7:00-8:00 アシュタガゆっくり★ kitano 駐車場A	7:00-8:00 アシュタガ前半★★ Kitano 駐車場A	春の🧘 パークヨガ 10:30 大仙公園集合 ランチドリンク スナックあり 貸しマット330円 参加費4950円
	10:00-11:00 アシュタガ② 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	10:00-11:00 アシュタガ前半★★ Kitano 駐車場A	8:00-9:00 アシュタガ後半★★★ Kitano 駐車場B	
	11:10-12:10 エアリアル★ kitano 駐車場B	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	11:00-12:00 アシュタガ後半★★★ Kitano 駐車場B	9:30-11:00 英会話カフェ	
	18:50-19:20 Self Practice 駐車場A	15:30-17:00 英会話カフェ		18:50-19:20 Self Practice 駐車場B	12:45-13:45 エアリアル★ Kitano 駐車場B	
18:30-19:30 Private lesson	19:30-20:30 エアリアル★ Kitano 駐車場B	19:30-20:30 アシュタガ①★★ Kitano 駐車場B	20:00-21:00 ハタLight★ Kana 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 イン★ Kitano 駐車場A	20:40-21:40 アドバンス★★★ kitano 駐車場A		EP		
24(月)	25(火)	26(水)	27(木)	28(金)	29(土)	30(日)
	7:00-8:00 アシュタガゆっくり★ kitano 駐車場A	10:00-11:00 ハタLight★ Kana(託児OK) 駐車場A	10:00-11:00 ハタ★★ kitano 駐車場A	7:00-8:00 アシュタガゆっくり★ 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
	10:00-11:00 アシュタガ③ Kitano 駐車場A	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	10:00-11:00 アシュタガ前半★★ Kitano 駐車場A	10:15-11:15 アシュタガ前半★★ Kitano 駐車場B	10:15-11:15 アシュタガ前半★★ Kitano 駐車場B
13:00-14:00 出張ヨガ	11:10-12:10 エアリアル★ kitano 駐車場B		12:20-13:20 エアリアル★★ kitano 駐車場A	11:00-12:00 アシュタガ後半★★★ Kitano 駐車場B	11:15-12:15 アシュタガ後半★★★ 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			18:50-19:20 Self Practice 駐車場A	12:30-13:30 イン★ Kitano 駐車場B	12:30-13:30 イン★ 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③★★ Kitano 駐車場B		19:30-20:30 ハタ★★ Kitano 駐車場A		
	20:40-21:40 ハタLight★ Kana 駐車場A	20:40-21:40 アドバンス★★★ kitano 駐車場A		EP		

