

1(日)	3(火)	4(水)	5(木)	6(金)	7(土)	8(日)
2(月) OFF	OFF	10:00-11:00 ゆつくりヨガ★ 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	9:00-10:00 朝ヨガ★★ 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	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
		EP		18:50-19:20 Self Practice 駐車場A	11:15-12:15 アシュタガ後半★★★★ Kitano 駐車場A	
		19:30-20:30 アシュタガ前半★★ Kitano 駐車場A	19:30-20:30 エアリアル★ Kitano 駐車場A	19:30-20:30 ハタ★★ Kitano 駐車場B	14:00-15:00 イン★ Kitano 駐車場A	
		20:30-21:30 アシュタガ後半★★★★ Kitano 駐車場B	20:40-21:40 イン★ Kitano 駐車場B	20:40-21:40 アドバンス★★★★ Kitano 駐車場A		
9(月)	10(火)	11(水)	12(木)	13(金)	14(土)	15(日)
9:00-10:00 エアリアル★ 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	7:00-8:00 アシュタガ前半★★ Kitano 駐車場A	9:00-10:30 ベーシックヨガ90 Nakamoto 駐車場B
10:15-11:15 アシュタガ前半★★ Kitano 駐車場B		10:10-11:10 ゆつくりヨガ★ 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	10:45-11:45 筋トレ・コアトレ Nakamoto 駐車場A
11:15-12:15 アシュタガ後半★★★★ Kitano 駐車場A	13:00-14:00 出張ヨガ	11:20-12:20 アドバンス★★★★ kitano 駐車場A			9:30-11:00 英会話カフェ Oscar	
12:30-13:30 イン★ Kitano 駐車場B	18:50-19:20 Self Practice 駐車場B	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	
	19:30-20:30 エアリアル★ Kitano 駐車場A	19:30-20:30 アシュタガ前半★★ Kitano 駐車場A		19:30-20:30 ハタ★★ Kitano 駐車場B	14:00-15:00 イン★ Kitano 駐車場A	16:30-19:30 アサナを深める3時間 Nakamoto
	20:40-21:40 ゆつくりヨガ★ Kitano 駐車場B	20:30-21:30 アシュタガ後半★★★★ Kitano 駐車場B		20:40-21:40 アドバンス★★★★ Kitano 駐車場A		
16(月)	17(火)	18(水)	19(木)	20(金)	21(土)	22(日)
	10:00-11:00 ゆつくりヨガ★ Kitano 駐車場A	10:00-11:00 アシュタガ前半★★ 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	秋の パークヨガ in 大仙公園 10:30集合 参加費: 4950円 レンタルマット: 330円
	11:10-12:10 エアリアル★ Kitano 駐車場B	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	10:15-11:15 アシュタガ前半★★ Kitano 駐車場B	
	18:50-19:20 Self Practice 駐車場B	15:30-17:00 英会話カフェ Oscar		18:50-19:20 Self Practice 駐車場A	11:15-12:15 アシュタガ後半★★★★ Kitano 駐車場A	
	19:30-20:30 エアリアル★ Kitano 駐車場A	19:30-20:30 アシュタガ前半★★ Kitano 駐車場A		19:30-20:30 ハタ★★ Kitano 駐車場B	14:00-15:00 イン★ Kitano 駐車場A	
	20:40-21:40 ゆつくりヨガ★ Kitano 駐車場B	20:30-21:30 アシュタガ後半★★★★ Kitano 駐車場B		20:40-21:40 アドバンス★★★★ Kitano 駐車場A		

23(月)	24(火)	25(水)	26(木)	27(金)	28(土)	29(日)
10:00-11:00 ゆっくりヨガ★ 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	7:00-8:00 アシュタンガ前半★★ Kitano 駐車場A	8:00 カルマyoga 大鳥大社
11:10-12:10 エアリアル★ 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	11:00-12:00 アシュタンガ後半★★★ Kitano 駐車場B	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
13:00-14:00 出張ヨガ		11:20-12:20 アドバンス★★★ kitano 駐車場A			9:30-11:00 英会話カフェ Oscar	11:00-12:00 筋トレ・コアトレ Yamashita 駐車場B
EP	18:50-19:20 Self Practice 駐車場B	EP		18:50-19:20 Self Practice 駐車場B	12:45-13:45 エアリアル★ Kitano 駐車場B	
	19:30-20:30 エアリアル★ Kitano 駐車場A	19:30-20:30 アシュタンガ前半★★ 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 ゆっくりヨガ★ Kitano 駐車場B	20:30-21:30 アシュタンガ後半★★★ Kitano 駐車場B		20:40-21:40 アドバンス★★★ Kitano 駐車場B		

30(月)	31(火)				
	10:00-11:00 ゆっくりヨガ★ Kitano 駐車場A	 <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>			
	11:10-12:10 エアリアル★ Kitano 駐車場B				
	18:50-19:20 Self Practice 駐車場B				
	19:30-20:30 エアリアル★ Kitano 駐車場A				
	20:40-21:40 イン★ Kitano 駐車場B				