

February		1(木)	2(金)	3(土)	4(日)
<p>・2月より新しいインストラクターえりこさんが来てくださいます！ ヴィンヤサフローのクラスを担当して下さい、ゆっくりめのクラスです。初心者の方からご参加いただけます。</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と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前のクラスと同時に受講して下さい！ アドバンスのみの参加は基本出来ません。</p> <p>・英会話カフェは基本的には第2&amp;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 11000円(2か月以内) ドロップイン 3300円 体験 2200円</p>		9:45-10:45 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
		10:45-11:45 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 アドバンス★★★ Kitano 駐車場B
			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	普段、朝or夕方の方も久々一緒に練習しませんか？  12時くらいまでじっくりしましょー！急いでる方は、退室自由です。
			19:30-20:30 ハタ★★ Kitano 駐車場B	14:00-15:00 ゆっくりヨガ★ Kitano 駐車場B	
	20:40-21:40 アドバンス★★★ Kitano 駐車場A				

5(月)	6(火)	7(水)	8(木)	9(金)	10(土)	11(日)
10:00-11:00 ヴィンヤサフロー★ Eriko 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	9:00-10:00 朝ヨガ★ Kitano 駐車場A
NEW!!		10:10-11:10 アシュタガ前半★★ Kitano 駐車場B	11:10-12:10 ゆっくりヨガ★ 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	10:10-11:10 アドバンス★★★ Kitano 駐車場B
EP	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	普段、朝or夕方の方も久々一緒に練習しませんか？  12時くらいまでじっくりしましょー！急いでる方は、退室自由です。
	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 ゆっくりヨガ★ Kitano 駐車場A	
	20:40-21:40 ヴィンヤサフロー★ Eriko 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		

12(月)	13(火)	14(水)	15(木)	16(金)	17(土)	18(日)
9:00-10:00 エアリアル★ Kitano 駐車場A	10:00-11:00 ヴィンヤサフロー★ Eriko 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	8:00 カルマyoga 大鳥大社
10:15-11:15 アシュタガ前半★★ Kitano 駐車場B		11:10-12:10 アドバンス★★★ kitano 駐車場B	11:10-12:10 アドバンス★★★ 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	9:45-10:45 朝ヨガ★★ Kitano 駐車場A
11:15-12:15 アシュタガ後半★★★ Kitano 駐車場A	18:50-19:20 Self Practice 駐車場B	EP	NEW!!	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	11:00-12:00 筋トレ・コアトレ Yamashita 駐車場B
EP	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 初めてのエアリアル Kitano 駐車場A	19:30-20:30 ハタ★★ Kitano 駐車場B	14:00-15:00 ゆっくりヨガ★ Kitano 駐車場B	
	20:40-21:40 ヴィンヤサフロー★ Eriko 駐車場B	20:30-21:30 アシュタガ後半★★★ Kitano 駐車場B	20:40-21:40 ゆっくりヨガ★ Kitano 駐車場B	20:40-21:40 アドバンス★★★ Kitano 駐車場A		16:30-19:30 アサナを深める3時間 Nakamoto

19(月)	20(火)	21(水)	22(木)	23(金)	24(土)	25(日)
10:00-11:00 ヴィンヤサフロー★ Eriko 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	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
11:10-12:10 エアリアル★ Kitano 駐車場B		10:10-11:10 アシュタガ前半★★ Kitano 駐車場B	11:10-12:10 ゆっくりヨガ★ kitano 駐車場B	10:10-11:10 アシュタガ前半★★ 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		11:20-12:20 アドバンス★★★ kitano 駐車場A		11:10-12:10 アシュタガ後半★★★ Kitano 駐車場A		
EP	18:50-19:20 Self Practice 駐車場B	15:30-17:00 英会話カフェ	18:50-19:20 Self Practice 駐車場B	12:20-13:20 ゆっくりヨガ★ 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			
	20:40-21:40 ヴィンヤサフロー★ Eriko 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			
26(月)	27(火)	28(水)	29(木)			
10:00-11:00 ヴィンヤサフロー★ Eriko 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			
		11:10-12:10 アドバンス★★★ kitano 駐車場B	11:10-12:10 アドバンス★★★ kitano 駐車場B			
		EP	18:50-19:20 Self Practice 駐車場B			
20:40-21:40 ヴィンヤサフロー★ Eriko 駐車場A		19:30-20:30 アシュタガ前半★★ Kitano 駐車場A	19:30-20:30 初めてのエアリアル 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 アドバンス★★★ Kitano 駐車場A	☎アドバンスだけ参加 OK!		