

5/1(土)	3(月)	5(水)	6(木)	7(金)	8(土)	9(日)
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	10:00-11:00 エアリアル ★ 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
10:15-11:15 アシュタンガ前半★★ Kitano 駐車場B	10:00-11:00 お灸&鍼 相談会♡ Yamashita 駐車場B	11:15-12:15 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	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 駐車場B
11:15-12:15 アシュタンガ後半★★ kitano 駐車場A	11:15-12:00 筋トレ・コアトレ Yamashita 駐車場A	12:15-13:15 アシュタンガ後半★★ kitano 駐車場A	13:30-14:30 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
14:00-15:00 Self Practice 駐車場A	13:00-14:00 出張ヨガ Kitano EP	14:00-15:00 Self Practice 駐車場A	14:40-15:40 アシュタンガ前半 Kitano 駐車場A		14:00-15:00 Advanced ★★★ Kitano 駐車場A	13:00-14:00 エアリアル ★ kitano 駐車場B
15:10-16:10 イン ★ Kitano 駐車場B	4(火) 6:00- Akira san's Ashtanga Special Class♡ Mysore & Meditation& Satsang ★4月中、20回券 の方優先予約★	15:10-16:10 イン ★ Kitano 駐車場B			15:10-16:10 イン ★ Kitano 駐車場B	
2(日)		EP	19:20-20:20 エアリアル ★ Kitano 駐車場A	19:20-20:20 ハタ ★★ Kitano 駐車場A	5月スケジュール&お知らせ 今年はゴールデンウィークどこにも行 けなさそうですね！ ヨガ&workout 三昧しませんか？ 特別チケット： ☆20回：20000円(+税) @1000 20回の方はお灸&鍼を1回無料でご 参加OK♡2回目以降は500円です！ それ以外の方は1000円です。	
10:00-12:00 アシュタンガマイソール 駐車場A				20:30-21:00 Self Practice 駐車場B EP		20:30-21:00 Self Practice 駐車場B
12:30-13:30 Self Practice 駐車場B				21:00-22:00 ハタLight ★ Kana 駐車場A		EP
14:00-15:00 エアリアル ★★ kitano 駐車場A						
10(月)	11(火)	12(水)	13(木)	14(金)	15(土)	16(日)
10:00-11:00 ハタLight ★ Kana 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	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 Yoga trapeze ★ kitano 駐車場A	8:45-9:45 朝ヨガ ★★ Kitano 駐車場A
13:00-14:00 出張ヨガ Kitano	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	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	10:00-11:00 お灸&鍼 相談会♡ Yamashita 駐車場B
14:10-15:10 イン ★ Kitano 駐車場A		EP	13:30-14:30 Yoga trapeze ★ kitano 駐車場A		11:15-12:15 アシュタンガ後半★★ kitano 駐車場A	11:15-12:00 筋トレ・コアトレ Yamashita 駐車場A
15:10-16:10 アシュタンガ後半★★ Kitano 駐車場B			14:40-15:40 アシュタンガ前半 Kitano 駐車場A		14:00-15:00 Self Practice 駐車場A	12:30-13:30 エアリアル ★ kitano 駐車場B
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	EP	19:20-20:20 ハタ ★★ Kitano 駐車場A	15:10-16:10 イン ★ Kitano 駐車場B	
	20:30-21:00 Self Practice 駐車場B	20:45-21:45 Graviyoga Mike 駐車場B	19:50-20:20 Self Practice 駐車場B	20:30-21:00 Self Practice 駐車場B		
	21:00-22:00 ハタLight ★ Kana 駐車場A		20:30-21:30 イン★ Kitano 駐車場A	EP		

17(月)	18(火)	19(水)	20(木)	21(金)	22(土)	23(日)
10:00-11:00 ハタLight ★ Kana 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	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	カルマyoga 8:00 AM 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	10:30-11:15 筋トレ・コアトレ Yamashita 駐車場A
13:00-14:00 イン ★ Kitano 駐車場A		EP	13:30-14:30 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	11:30-12:30 お灸&鍼 相談会♡ Yamashita 駐車場B
14:00-15:00 アシュタンガ後半★★ Kitano 駐車場B			14:40-15:40 アシュタンガ前半 Kitano 駐車場A		13:00-14:00 出張ヨガ Kitano	13:00-14:00 エアリアル ★★ kitano 駐車場A
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②★★ Kana 駐車場A	EP	19:20-20:20 ハタ ★★ Kitano 駐車場A	14:00-15:00 Self Practice 駐車場A	
	20:30-21:00 Self Practice 駐車場B	20:45-21:45 Gravivoga Mike 駐車場B	19:50-20:20 Self Practice 駐車場B	20:30-21:00 Self Practice 駐車場B	15:10-16:10 イン★ Kitano 駐車場B	16:30-19:30 アサナを深める3時間 Nakamoto
	21:00-22:00 イン ★ Kitano 駐車場A		20:30-21:30 ハタLight ★ Kana 駐車場A	EP		
24(月)	25(火)	26(水)	27(木)	28(金)	29(土)	30(日)
10:00-11:00 ハタLight ★ Kana 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	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 Yoga trapeze ★ kitano 駐車場A	8:45-9:45 朝ヨガ ★★ Kitano 駐車場A
	11:10-12:10 Yoga trapeze ★ kitano 駐車場B	10:10-11:10 アシュタンガ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 駐車場B
13:00-14:00 イン ★ Kitano 駐車場A	13:00-14:00 出張ヨガ Kitano	EP	13:30-14:30 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
14:00-15:00 アシュタンガ後半 Kitano 駐車場A			14:40-15:40 アシュタンガ前半 Kitano 駐車場A		14:00-15:00 Advanced ★★★ Kitano 駐車場A	13:00-14:00 エアリアル ★★ kitano 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③★★ Kana 駐車場A	EP	19:20-20:20 ハタ ★★ Kitano 駐車場A	15:10-16:10 イン★ Kitano 駐車場B	
	20:30-21:00 Self Practice 駐車場B	20:45-21:45 Gravivoga Mike 駐車場B	19:50-20:20 Self Practice 駐車場B	20:30-21:00 Self Practice 駐車場B		
	21:00-22:00 ハタLight ★ Kana 駐車場A		20:30-21:30 イン ★ Kitano 駐車場A	EP		
31(日)	★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！					
10:00-11:00 ハタLight ★ Kana 駐車場A	★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。					

