

27(土)	28(日)	29(月)	30(火)	1(水)	2(木)	3(金)	4(土)	5(日)	6(月)
			朝活ヨガ (マイソールクラス) 有載	朝活ヨガ (マイソールクラス) 有載	朝活ヨガ (マイソールクラス) 有載	朝活ヨガ (マイソールクラス) 有載			朝活ヨガ (マイソールクラス) 有載
			7時～9時30分	7時～9時30分	7時～9時30分	6時～9時30分 (指導は8時まで)	パワーヨガ (アシュタンガベース) 有載 8時30～(60分)		7時～9時30分
	定	股関節ストレッチヨガ まゆみ 10時～(60分)	ストレッチヨガ 有載 10時～(60分)	呼吸を整えるヨガ 有載 10時～(60分)	ゆったりヨガ 有載 10時～(60分)	ストレッチヨガ まゆみ 10時～(60分)	ゆったりヨガ 有載 10時～(60分)	SILKAIDヨガWS基礎 ～体の使い方編～ 9時30分～(120分)	太陽礼拝ヨガ 有載 10時～
	休							SILKAIDヨガWS ～応用編～ 13時30分～(150分)	
骨盤ヨガ MISATO 14時30分～	日	股関節ストレッチヨガ まゆみ 14時～		ストレッチヨガ 有載 14時～	ストレッチヨガ 有載 14時～	股関節ストレッチヨガ まゆみ 10時～(60分)	骨盤ヨガ MISATO 14時30分～		お花屋さんヨガ @charm 15時～
					ストレッチヨガ 有載 16時～				お花屋さんヨガ @charm 17時～
			アシュタンガ基礎 有載 18時15分～						
		股関節ストレッチヨガ まゆみ 19時40分							キャンドルヨガ まゆみ 19時40分
			パワーヨガ (アシュタンガベース) 有載 20時～	ゆったりヨガ 有載 20時～					

【 マイソールクラス・パワーヨガ共通券 】

朝の緑と赤の欄が全部で6箇所あります。GW中のみ¥3000(3回券)

順番を覚えたい方・この機会にで連続でヨガに参加してみたい方のおすすめです。

初めての方でも連続して参加することでアシュタンガヨガのポーズの順番を覚えて家で練習することができます。

【 GWフリーパス券 】 ¥5000

上記のGW期間中(イベントクラス以外)どのクラスでも一日何回でも利用可能のフリーパスを発行します。名簿を作成するので名前を記入しお支払いを済ませただければ手続き完了です。( 限定10名 )