

1月

2024

12月						
S	M	T	W	T	F	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

2月						
S	M	T	W	T	F	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29		

レッスン料はお得な10回分回数券で1300円、一回分で1500円です。冬期は暖房費として1000円頂戴いたします。
『プライマリーレッド』は2400円、その他のレッスンは一律一回1,500円です。しが割使えます！

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
31 元日/休業日	1 休業日	2 休業日	3 休業日	4 休業日	5 8:20-10:20 プライマリーレッド Sachiko/ 10:30~12呼吸法フォロアップ Sachiko	6 7:15-8:30 パワーフローヨガ Kaori/20-21:15 キャンドル YokoY
7 6-7:15 ほほえみ坐禅会/ 7:45-9 朝ヨガ Sachiko/ 9:30~12:30 シニアヨガTTフォロアップ講座 Tae/ 10:15~11:30 陰陽ヨガ YokoH	8 8-10 プライマリーレッド Sachiko/10:15-11:30 はじめてのヨガ YokoH	9 京都RYT200講師養成講座/10~11:15 禅僧が伝える伝統的ヨガと呼吸瞑想 Egaku	10 滋賀RYT200講師養成講座/20~21:15 ハタヨガフロー Sachiko	11 8:45-10 ヨガアーサナ101 YokoH/ 10:30-11:45 アロマ陰陽ヨガ Sachiko	12 20-21:15 キャンドルリットヨガ Katsumi	13 7:15-8:30 パワーフローヨガ Kaori/9:30-10:45 はじめてのヨガEmma/14:30-15:45 はじめてのヨガ Emma/19:45~21おやすみ前のリラックスヨガ Jessie
14 7:30-8:45 デトックス Sachiko/9:15~10:30 マタニティヨガ Makiko/11~12:15 陰陽ヨガ YokoH	15 8-10 プライマリーレッド Sachiko/10:15-11:30 はじめてのヨガ YokoH/20-21:15 スローフローヨガ Katsumi	16 京都RYT200講師養成講座	17 滋賀RYT200講師養成講座/20~21:15 美姿勢ヨガ Kiri	18 8:45-10 ヨガアーサナ101 YokoH/ 10:30-11:45 アロマ陰陽ヨガ Sachiko	19 8:20-10:20 プライマリーレッド Sachiko/ 20-21:15 キャンドルリットヨガ Sayuri	20 6-7:15 ほほえみ坐禅会/7:45~9 パワーフローヨガKaori/ 20-21:15 キャンドル YokoY
21 興福寺新年総会	22 8-10 プライマリーレッド Sachiko/10:15-11:30 はじめてのヨガ YokoH	23 京都RYT200講師養成講座/10~11:15 禅僧が伝える伝統的ヨガと呼吸瞑想 Egaku/14~15:15 産後ヨガ Makiko	24 滋賀RYT200講師養成講座/20~21:15 美姿勢ヨガ Kiri	25 8:45-10 ヨガアーサナ101 YokoH/ 10:30-11:45 アロマ陰陽ヨガ Sachiko	26 8:20-10:20 プライマリーレッド Sachiko/ 20-21:15 キャンドルリットヨガ Katsumi	27 7:15-8:30 パワーフローヨガ Kaori/19:45~21 Kadukoのキャンドルトークヨガ Kaduko
28 7:30-8:45 朝ヨガ Sachiko/ 9~10:15 陰陽ヨガ YokoH/ 10:40-12 トゥリヨガ Ayaka/ 13-16 アーサナを解剖 Sachiko & Ai	29 8-10 プライマリーレッド Sachiko/10:15-11:30 はじめてのヨガ YokoH/20-21:15 スローフローヨガ Katsumi	30 京都RYT200講師養成講座/RPYTマタニティヨガ講師養成講座	31 滋賀RYT200講師養成講座/	1	2	3