

# 4月

2025

レギュラークラス75分¥1,500/120分 ¥2400/坐禅会¥500/♥印のマタニティ・産後ヨガは4月～6月特別お試し60分クラス1,100円です。

回数券10回分:¥13,000 (6ヶ月有効)/¥14,000 (8ヶ月有効) 回数券のご購入をご希望の方はレッスン時、講師にお申し出ください。

☆今シーズン暖房費はレッスンフィーに含まれています。

レッスン申込はスタジオHPへ。4月からのRYT200受講希望の方、ワークショップやリトリートのお申し込みや詳細はスクールHPへどうぞ →



スタジオHP



スクールHP



Official LINE



instagram

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
30	31	1	2	3	4	5
<div style="border: 1px solid pink; padding: 5px;"> <p><b>6周年の感謝を込めて4/19-4/29までにレッスンお越しの方に</b>  <b>🎁とボールを使ったほぐしYouTube動画プレゼント！</b></p> </div>		<p><b>NEW</b> 20-21:15 夜の坐禅会 西村恵学</p>	<p>19:45-21 マットピラティス Sachiko</p>	<p>8:45-10 アーサナ101 YokoH/ 10:30-11:45 アロマ陰陽ヨガ Sachiko</p>	<p>9:30-10:45 産後ヨガ Sachiko/ <b>NEW</b> 19:45-21 デトックスヨガ in キャンドル Mayuki</p>	<p>7-8:15 やさしいパワーヨガ Kaori/ シニアヨガ指導者養成講座① Tae/ 9:15 ~10:30 はじめてのヨガ Emma/ 10:45-12 デトックスヨガ Mao/</p>
6	7	8	9	10	11	12
<p>7:30-8:45 朝ヨガ Sachiko/ シニアヨガ指導者養成講座② Tae/ 10:30-11:45 季節の陰陽ヨガ Yoko/ <b>NEW</b> 14-15 ; ほかほかマタニティヨガ Maki</p>	<p>8-10 プライマリーレッド Sachiko/ 10:15-11:30 はじめてのヨガ YokoH/ 19:30-20:45 呼吸を深めるデトックスヨガ Sachiko</p>	<p>♥ <b>NEW</b> 10-11マタニティヨガ Maki/ 20~21:15 男ヨガ Egaku</p>	<p>シニアヨガ指導者養成講座① Tae</p>	<p>8:45-10 アーサナ101 YokoH/ 10:30-11:45 アロマ陰陽ヨガ Sachiko</p>	<p><b>NEW</b> 19:45-21 デトックスヨガ in キャンドル Mayuki</p>	<p>6-7:15 ほほえみ坐禅会/ 7:45-9 やさしいパワーヨガ Kaori/ 10:45-12 デトックスヨガ Mao/ ♥ <b>NEW</b> 14-15 呼吸を深めるマタニティヨガ Mao</p>
13	14	15	16	17	18	19
<p>7:30-8:45 朝ヨガ Sachiko/ 9:15-10:30 はじめてのヨガ Emma/ 10:45-12 季節の陰陽ヨガ Yoko/ 13:30-16 アーサナを解剖 Ai &amp; Sachiko 太陽礼拝②</p>	<p>8-10 プライマリーレッド Sachiko/ 10:15-11:30 はじめてのヨガ YokoH/ 19:30-20:45 マットピラティス Sachiko</p>		<p>RYT200水曜コース/</p>	<p>8:45-10 アーサナ101 YokoH/ 10:30-11:45 アロマ陰陽ヨガ Sachiko</p>	<p>9:30-10:45 産後ヨガ Sachiko/ <b>NEW</b> 19:45-21 デトックスヨガ in キャンドル Mayuki</p>	<p>周年祭スタート🎉 7-8:15 やさしいパワーヨガ Kaori/ RYT200土曜コース/ハイシニアヨガ指導者養成講座 Tae/ 19:30-20:45 キャンドルリットヨガ YokoU</p>
20	21	22	23	24	25	26
<p>6-7:15 ほほえみ坐禅会/ 7:45-9 朝ヨガ Sachiko/ 10-15:30 RYT300:バクティヨーガ ヒーリングオブキールタン Bhakti Rie/ 10-11:20 トゥリヨガ Ayaka/ 14-15 理学療法士のマタニティヨガ Ami</p>	<p>8-10 プライマリーレッド Sachiko/ 10:15-11:30 はじめてのヨガ YokoH/ 19:30-20:45 マットピラティス Sachiko</p>	<p>♥ <b>NEW</b> 10-11マタニティヨガ Maki/ 20~21:15 男ヨガ Egaku</p>	<p>RYT200水曜コース/ 20-21:15 美姿勢ヨガ Kiri</p>	<p>8:45-10 アーサナ101 YokoH/ 10:30-11:45 アロマ陰陽ヨガ Sachiko</p>	<p>♥ <b>NEW</b> 9:30-10:45 産後ヨガ Maki (75分1,100円)/ <b>NEW</b> 19:45-21 デトックスヨガ in キャンドル Mayuki</p>	<p>7-8:15 やさしいパワーヨガ Kaori/ RYT200土曜コース/ 9:30-10:45 リラックスヨガ Keiko/ ♥ <b>NEW</b> 14-15 理学療法士のマタニティヨガ Ami</p>
27	28	29	30	1	2	3
<p>7:30-8:45 朝ヨガ Mayuki (Sachikoの代行) / 9:15-10:30 はじめてのヨガ Emma/ 10:45-12 季節の陰陽ヨガ Yoko/ ♥ <b>NEW</b> 14-15 ほかほかマタニティヨガ Maki</p>	<p>10:15-11:30 はじめてのヨガ YokoH</p>	<p>🎉 祝 9:15-10:30 はじめてのヨガ Ema/ 10:45-12 ハタヨガベーシック Chika/ ♥ <b>NEW</b> 14-15 理学療法士のマタニティヨガ Ami/ 16-17:15 リラックスヨガ Keiko</p>				