

Mon	Tus	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
<p>～お知らせ～ 新春ワークショップin東京</p> <p>2017.1.9(月・祝)</p> <p>バクティーヨーガ 11:00～13:00</p> <p>バクティーヨーガは「献身のヨガ」や「信愛のヨガ」とも言います。実践することで、純粋でエゴの無い、物事があるがままに受け入れられる心になります。</p>			<p>1</p> <p>10:00～11:10 ★★ ベーシックハタヨガ Aya</p> <p>19:20～20:30 ★ ビギナー Mai</p>	<p>2</p> <p>10:00～11:10 ★ ビギナー Kumi</p> <p>14:00～15:00 ★K 屋ヨガ キッズOK Mai</p> <p>19:20～20:30 ★★ ベーシックハタヨガ Chiako</p>	<p>3</p> <p>10:00～11:10 ★ セラピー Kumiko</p> <p>14:00～15:10 ★ ビギナー Chiako</p> <p>17:00～18:10 ★★ ベーシックハタヨガ Chiako</p>	<p>4</p> <p>8:00～9:00 ★ 朝ヨガ瞑想 Mai</p> <p>10:00～11:10 ★ ビギナー Kumiko</p> <p>17:00～18:10 ★ セラピー Mai</p>
<p>5</p> <p>10:00～11:10 ★★ ベーシックハタヨガ Kumi</p> <p>14:00～15:10 ★ セラピー Kumi</p> <p>19:20～20:30 ★ ビギナー Chettana</p>	<p>6</p> <p>10:00～11:10 ★ セラピー Maiko</p> <p>14:00～15:10 ★ ビギナー Maiko</p> <p>18:30～19:30 ★ 夜ヨガ Mai</p>		<p>7</p> <p>10:00～11:10 ★ ビギナー Maiko</p> <p>14:00～15:10 ★ セラピー Aya</p> <p>18:20～19:30 ★★ ハタヨガ Guru</p>	<p>8</p> <p>10:00～11:10 ★★ ベーシックハタヨガ Aya</p> <p>18:20～19:20 インドクッキング Biru</p> <p>休講</p>	<p>9</p> <p>10:00～11:10 ★ ビギナー Kumi</p> <p>14:00～15:00 ★K 屋ヨガ キッズOK Mai</p> <p>19:20～20:30 ★★ ベーシックハタヨガ Chiako</p>	<p>10</p> <p>10:00～11:10 ★ セラピー Chettana</p> <p>14:00～15:10 ★ ルーシーダットン Chiako</p> <p>17:00～18:10 ★★ ベーシックハタヨガ Chiako</p>
<p>12</p> <p>10:00～11:10 ★★ ベーシックハタヨガ Kumi</p> <p>14:00～15:10 ★ セラピー Kumi</p> <p>19:20～20:30 ★ ビギナー Chettana</p>	<p>13</p> <p>10:00～11:10 ★ セラピー Maiko</p> <p>14:00～15:10 ★ ビギナー Maiko</p> <p>18:30～19:30 ★ 夜ヨガ Mai</p>	<p>14</p> <p>10:00～11:10 ★ ビギナー Maiko</p> <p>14:00～15:10 ★ セラピー Aya</p> <p>18:30～19:30 ★ シンギングボールヒーリング Mai</p>	<p>15</p> <p>10:00～11:10 ★★ ベーシックハタヨガ Aya</p> <p>19:20～20:30 ★ ビギナー Mai</p>	<p>16</p> <p>10:00～11:10 ★ ビギナー Kumi</p> <p>14:00～15:00 ★K 屋ヨガ キッズOK Mai</p> <p>19:20～20:30 ★★ ベーシックハタヨガ Chiako</p>	<p>17</p> <p>10:00～11:10 ★ セラピー Chettana</p> <p>14:00～15:10 ★ ビギナー Chiako</p> <p>17:00～18:10 ★★ ベーシックハタヨガ Chiako</p>	<p>18</p> <p>8:00～9:00 ★ 朝ヨガ瞑想 Mai</p> <p>10:00～11:10 ★ ビギナー Kumiko</p> <p>17:00～18:10 ★ セラピー Mai</p>
<p>19</p> <p>10:00～11:10 ★★ ベーシックハタヨガ Kumi</p> <p>14:00～15:10 ★ セラピー Kumi</p> <p>19:20～20:30 ★ ビギナー Chettana</p>	<p>20</p> <p>10:00～11:10 ★ セラピー Maiko</p> <p>14:00～15:10 ★ ビギナー Maiko</p> <p>18:30～19:30 ★ 夜ヨガ Mai</p>	<p>21</p> <p>10:00～11:10 ★ ビギナー Maiko</p> <p>14:00～15:10 ★ セラピー Aya</p> <p>18:20～19:30 ★★ ハタヨガ Guru</p>	<p>22</p> <p>10:00～11:10 ★★ ベーシックハタヨガ Aya</p> <p>18:20～19:20 インドクッキング Biru</p> <p>19:20～20:30 ★ ビギナー Mai</p>	<p>23</p> <p>第6チャクラリトリートの為休講</p>	<p>24</p> <p>第6チャクラリトリートの為休講</p>	<p>25</p> <p>第6チャクラリトリートの為休講</p>
<p>26</p> <p>10:00～11:10 ★★ ベーシックハタヨガ Kumi</p> <p>14:00～15:10 ★ セラピー Kumi</p> <p>19:20～20:30 ★ ビギナー Chettana</p>	<p>27</p> <p>10:00～11:10 ★ セラピー Maiko</p> <p>14:00～15:10 ★ ビギナー Maiko</p> <p>18:30～19:30 ★ 夜ヨガ Mai</p>	<p>28</p> <p>10:00～11:10 ★ ビギナー Maiko</p> <p>14:00～15:10 ★ セラピー Aya</p> <p>18:20～19:30 ★★ ハタヨガ Guru</p>	<p>29</p> <p>10:00～11:10 ★★ ベーシックハタヨガ Aya</p> <p>19:20～20:30 ★ ビギナー Mai</p>	<p>30</p> <p>10:00～11:10 ★ ビギナー Mai</p> <p>イベントの為休講</p>	<p>31</p> <p>年末お休み <1/2(月)から営業></p>	
<p>1/2(月・祝)【第1部】2017年最初のYOGA WS</p> <p>太陽礼拝108回+チャクラヨーガニドラ</p> <p>グルジのチャンティングでみんなで太陽礼拝108回行います。その後チャクラヨーガニドラで深いリラックスに導いていきます。</p>		<p>1/2(月・祝)【第2部】2017年運勢</p> <p>インド占星術WS</p> <p>今年の運勢発表12星座別にそれぞれお話+運勢表占星術の簡単な説明から2017年の1年をどのように過ごすかヒントになる事間違いなし!</p>		<p>長岡 YOGA</p> <p>毎週月曜日開催</p> <p>13:45～15:00 18:45～20:00</p> <p>5 Mai Mai</p> <p>12 休み Mai</p> <p>19 Mai Guru</p> <p>26 Guru Guru</p>	<p>新発田 YOGA</p> <p>毎週火曜日開催</p> <p>10:30～11:45</p> <p>6 Mai</p> <p>13 Mai</p> <p>20 Mai</p> <p>27 Mai</p>	<p>65歳以上の皆様へ</p> <p>YOGA SPAクラスをメンバーにならなくても¥1,000にて受講できます※有料クラスを除く</p> <p>※年齢確認できるものをご持参ください。</p>
<p>※【第1部】太陽礼拝・【第2部】インド占星術セット申し込みで¥1,000 OFF 詳しくはHPイベントで!</p>				<p>※ レッスン内容・担当インストラクターは予告なく変更になる場合がございますので、ご了承願います。</p>		