2019年 1月



YOGA SPAクラススケジュール



025.201.7092 電話受付 9:30~19:00

SunスタジオとMoonスタジオは当日お知らせ致します。

月 火 水 木 金 土 日
※ 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。 ★の数は運動量を表しています

※ レッスン内容・担当インス	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。 ★の数は運動量を表しています					
	1	2	3	4	5	6
シニア割		YOGA SPA	10:00 ~ 11:10	10:00 ~ 11:10	8:00 ~ 9:00	8:00 ~ 9:00
		新年ヨガ会	ベーシックハタヨガ	ビギナー	朝ヨガ瞑想	朝ヨガ
65歳以上の皆さま			Aya ★★	Kumi 🛨	Mai ★★	Tomoe ★
		8:00 ~ 11:30	11:30~12:30	11:30~12:30	10:00 ~ 11:10	10:00 ~ 11:10
YOGA SPAクラスのメン		チャクラ太陽礼拝108回	新春◎笑い∃ガ	ストレッチヨガ	セラピー	ビギナー
バーにならなくても	+>/+ 7.	インド占星術	Mai ★	Mai ★★	Kumiko 🛨	Kumiko 🛨
¥1.000にて受講できます※特別クラス等を除く	お休み	※要予約	18:20~19:10	18:30 ~ 19:30	17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:10
ラ か 1寸か ノフハ 寸 で 1がく			キールタン	ベーシックハタヨガ	アーユルウ゛ェータ゛ハ゛ランスヨカ゛	セラピー
※年齢確認できるものをご持			Mai	Tomoe ★★	Tomoe ★	Tomoe ★
※年齢唯認できるものをこ符参ください。		12:00 ~ 12:45	19:20 ~ 20:30	19:45~21:30	18:30 ~ 19:30	1011100 A
<u>ab</u> (20)	+		ビギナー	∃ガスパシネマ		
		インドトリップ説明会			夜ヨガ瞑想	
			Tomoe ★	Mai ディナー付き	Mai ★	
7	8	9	10	11	12	13
10:00 ~ 11:10	10:00 ~ 11:10	10:00 ~ 11:10	10:00 ~ 11:10	10:00 ~ 11:10	8:00 ~ 9:00	8:00 ~ 9:00
ベーシックハタヨガ	セラピー	ビギナー	ベーシックハタヨガ	ビギナー	朝ヨガ瞑想	朝ヨガ
			Aya ★★		- Mai ★★	
	Tomoko ★	Maiko ★ 11:30 ~ 13:00		Kumi ★		Tomoe ★
14:00 ~ 15:10	14:00 ~ 15:10 ビギエ		11:30~12:30	11:30~12:30	10:00 ~ 11:10	10:00 ~ 11:10
セラピー	ビギナー	グルジヨガ	サウンドメデイテーション	ストレッチヨガ	セラピー	ビギナー
Tomoe ★	Mai ★	Guruji ★★	Mai	Mai ★★	Kumiko ★	Kumiko ★
18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30	14:00 ~ 15:10	18:20~19:10	18:30 ~ 19:30	17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:10
ビギナー	ベーシックハタヨガ	セラピー	キールタン	ベーシックハタヨガ	アーユルウ゛ェータ゛ハ゛ランスヨカ゛	セラピー
Tomoe ★	Tomo ★★	Aya ★	Mai	Tomoe ★★	Tomoe ★	Tomoe ★
19:45 ~ 20:45	19:45 ~ 20:30	19:30 ~ 21:00	19:20 ~ 20:30	19:45~21:30	18:30 ~ 19:30	
アロマキャンドルヨガ	プラーナヤマ・バンダ	ハタヨガ	ビギナー	料理教室&ディナー	夜ヨガ瞑想	
Tomo ★	Mai ★★★	Guruji ★★★	Yurika 🛨	シェフ&Mai	Mai ★	
14	15	16	17	18	19	20
10:00 ~ 11:10	10:00 ~ 11:10	10:00 ~ 11:10	10:00 ~ 11:10	10:00 ~ 11:10	8:00 ~ 9:00	8:00 ~ 9:00
ベーシックハタヨガ	セラピー	ビギナー	ベーシックハタヨガ	ビギナー	朝ヨガ瞑想	朝ヨガ
Kumi ★★	Tomoko ★	Maiko ★	Aya ★★	Kumi ★	Mai ★★	Tomoe ★
14:00 ~ 15:10	14:00 ~ 15:10	11:30 ~ 13:00	11:30~12:30	11:30~12:30	10:00 ~ 11:10	10:00 ~ 11:10
14.00					10.00 11.10	
カラピー	l	┃ ラ―ジャコガ	サウンドメデイテーション	ストレッチコガ	セラピー	ビギナー
セラピー	ビギナー	ラージャヨガ	サウンドメデイテーション Mai	ストレッチヨガ	セラピー	ビギナー
Tomoe ★	Mai ★	Mai ★★	Mai	Mai ★★	Kumiko 🛨	Kumiko 🛨
Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30	Mai ★ 18:30 ~ 19:30	Mai ★★ 14:00 ~ 15:10	Mai 18∶20~19∶10	Mai ★★ 18:30 ~ 19:30	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:00	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:10
Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 ビギナー	Mai ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ	Mai ★★ 14:00 ~ 15:10 セラピー	Mai 18: 20~19:10 キールタン	Mai ★★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:00 アーユルウ゛ェータ゛ハ゛ランスヨカ゛	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:10 セラピー
Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 ビギナー Tomoe ★	Mai ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomo ★★	Mai ★★ 14:00 ~ 15:10 セラピー Aya ★	Mai 18:20~19:10 キールタン Mai	Mai ★★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomoe ★★	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:00 アーユルヴェーダバランスヨカ゛ Tomoe ★	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:10
Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 ビギナー Tomoe ★ 19:45 ~ 20:45	Mai ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30	Mai ★★ 14:00 ~ 15:10 セラピー Aya ★ 19:30 ~ 21:00	Mai 18:20~19:10 キールタン Mai 19:20 ~ 20:30	Mai ★★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomoe ★★ 19:45~21:30	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:00 アーユルウ゛ェータ゛ハ゛ランスヨカ゛ Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:10 セラピー
Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 ビギナー Tomoe ★ 19:45 ~ 20:45 アロマキャンドルヨガ	Mai ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 プラーナヤマ・バンダ	Mai ★★ 14:00 ~ 15:10 セラピー Aya ★ 19:30 ~ 21:00 ハタヨガ	Mai 18:20~19:10 キールタン Mai 19:20 ~ 20:30 ビギナー	Mai ★★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomoe ★★ 19:45~21:30 ヨガスパシネマ	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:00 アーユルウ゛ェータ゛ハ゛ランスヨカ゛ Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 夜ヨガ瞑想	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:10 セラピー
Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 ビギナー Tomoe ★ 19:45 ~ 20:45	Mai ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30	Mai ★★ 14:00 ~ 15:10 セラピー Aya ★ 19:30 ~ 21:00	Mai 18:20~19:10 キールタン Mai 19:20 ~ 20:30	Mai ★★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomoe ★★ 19:45~21:30	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:00 アーユルウ゛ェータ゛ハ゛ランスヨカ゛ Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 夜ヨガ瞑想	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:10 セラピー
Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 ビギナー Tomoe ★ 19:45 ~ 20:45 アロマキャンドルヨガ Tomo ★	Mai ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 プラーナヤマ・バンダ Mai ★★★	Mai ★★ 14:00 ~ 15:10 セラピー Aya ★ 19:30 ~ 21:00 ハタヨガ Mai ★★★	Mai 18:20~19:10 キールタン Mai 19:20 ~ 20:30 ビギナー Yurika ★	Mai ★★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomoe ★★ 19:45~21:30 ヨガスパシネマ Mai ディナー付き	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:00 アーユルウ゛ェータ゛ハ゛ランスヨカ゛ Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 夜ヨガ瞑想 Mai ★	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:10 セラピー Tomoe ★
Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 ビギナー Tomoe ★ 19:45 ~ 20:45 アロマキャンドルヨガ Tomo ★ 21 YOGASPADAY	Mai ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 プラーナヤマ・バンダ Mai ★★★	Mai ★★ 14:00 ~ 15:10 セラピー Aya ★ 19:30 ~ 21:00 ハタヨガ Mai ★★★	Mai 18:20~19:10 キールタン Mai 19:20 ~ 20:30 ビギナー Yurika ★	Mai ★★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomoe ★★ 19:45~21:30 ヨガスパシネマ Mai ディナー付き	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:00 アーユルウェーダ・ハ・ランスヨカ・ Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 夜ヨガ瞑想 Mai ★	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:10 セラピー Tomoe ★
Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 ビギナー Tomoe ★ 19:45 ~ 20:45 アロマキャンドルヨガ Tomo ★ 21 YOGASPADAY 10:00 ~ 11:10	Mai ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 プラーナヤマ・バンダ Mai ★★★ 22	Mai ★★ 14:00 ~ 15:10 セラピー Aya ★ 19:30 ~ 21:00 ハタヨガ Mai ★★★ 23	Mai 18:20~19:10 キールタン Mai 19:20 ~ 20:30 ビギナー Yurika ★ 24	Mai ★★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomoe ★★ 19:45~21:30 ヨガスパシネマ Mai ディナー付き 25	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:00 アーユルウェーダ・ハ・ランスヨカ・ Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 夜ヨガ瞑想 Mai ★ 26 8:00 ~ 9:00	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:10 セラピー Tomoe ★ 27 8:00 ~ 9:00
Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 ビギナー Tomoe ★ 19:45 ~ 20:45 アロマキャンドルヨガ Tomo ★ 21 YOGASPADAY 10:00 ~ 11:10 "手放す"	Mai ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 プラーナヤマ・バンダ Mai ★★★ 22 10:00 ~ 11:10 セラピー	Mai ★★ 14:00 ~ 15:10 セラピー Aya ★ 19:30 ~ 21:00 ハタヨガ Mai ★★★ 23 10:00 ~ 11:10 ビギナー	Mai 18:20~19:10 キールタン Mai 19:20 ~ 20:30 ビギナー Yurika ★ 24 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ	Mai ★★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomoe ★★ 19:45~21:30 ヨガスパシネマ Mai ディナー付き 25 10:00 ~ 11:10 ビギナー	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:00 アーユルウェーダ・ハ・ランスヨカ・ Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 夜ヨガ瞑想 Mai ★ 26 8:00 ~ 9:00 朝ヨガ	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:10 セラピー Tomoe ★ 27 8:00 ~ 9:00 朝ヨガ
Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 ビギナー Tomoe ★ 19:45 ~ 20:45 アロマキャンドルヨガ Tomo ★ 21 YOGASPADAY 10:00 ~ 11:10 "手放す" Kumi ★	Mai ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 プラーナヤマ・バンダ Mai ★★★ 22 10:00 ~ 11:10 セラピー Tomoko ★	Mai ★★ 14:00 ~ 15:10 セラピー Aya ★ 19:30 ~ 21:00 ハタヨガ Mai ★★★ 23 10:00 ~ 11:10 ビギナー Maiko ★	Mai 18:20~19:10 キールタン Mai 19:20 ~ 20:30 ビギナー Yurika ★ 24 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Aya ★★	Mai ★★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomoe ★★ 19:45~21:30 ヨガスパシネマ Mai ディナー付き 25 10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumi ★	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:00 アーユルウェーダ・ハ・ランスヨカ・ Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 夜ヨガ・瞑想 Mai ★ 26 8:00 ~ 9:00 朝ヨガ Mai ★★	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:10 セラピー Tomoe ★ 8:00 ~ 9:00 朝ヨガ Tomoe ★
Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 ビギナー Tomoe ★ 19:45 ~ 20:45 アロマキャンドルヨガ Tomo ★ 21 YOGASPADAY 10:00 ~ 11:10 "手放す" Kumi ★ 14:00 ~ 15:10	Mai ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 プラーナヤマ・バンダ Mai ★★★ 22 10:00 ~ 11:10 セラピー Tomoko ★ 14:00 ~ 15:10	Mai ★★ 14:00 ~ 15:10 セラピー Aya ★ 19:30 ~ 21:00 ハタヨガ Mai ★★★ 23 10:00 ~ 11:10 ビギナー Maiko ★ 11:30 ~ 13:00	Mai 18:20~19:10 キールタン Mai 19:20 ~ 20:30 ビギナー Yurika ★ 24 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Aya ★★ 11:30~12:30	Mai ★★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomoe ★★ 19:45~21:30 ヨガスパシネマ Mai ディナー付き 25 10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumi ★ 11:30~12:30	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:00 アーユルヴェーダ・ハ・ランスヨカ・ Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 夜ヨガ瞑想 Mai ★ 26 8:00 ~ 9:00 朝ヨガ Mai ★★ 10:00 ~ 11:10	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:10 セラピー Tomoe ★ 8:00 ~ 9:00 朝ヨガ Tomoe ★ 10:00 ~ 11:10
Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 ビギナー Tomoe ★ 19:45 ~ 20:45 アロマキャンドルヨガ Tomo ★ 21 YOGASPADAY 10:00 ~ 11:10 "手放す" Kumi ★ 14:00 ~ 15:10 "緩める"	Mai ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 プラーナヤマ・バンダ Mai ★★★ 22 10:00 ~ 11:10 セラピー Tomoko ★ 14:00 ~ 15:10 ビギナー	Mai ★★ 14:00 ~ 15:10 セラピー Aya ★ 19:30 ~ 21:00 ハタヨガ Mai ★★★ 23 10:00 ~ 11:10 ビギナー Maiko ★ 11:30 ~ 13:00 グルジヨガ	Mai 18:20~19:10 キールタン Mai 19:20 ~ 20:30 ビギナー Yurika ★ 24 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Aya ★★ 11:30~12:30 サウンドメディテーション	Mai ★★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomoe ★★ 19:45~21:30 ヨガスパシネマ Mai ディナー付き 25 10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumi ★ 11:30~12:30 ストレッチョガ	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:00 アーユルウェーダ・ハ・ランスヨか Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 夜ヨガ瞑想 Mai ★ 26 8:00 ~ 9:00 朝ヨガ Mai ★★ 10:00 ~ 11:10 セラピー	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:10 セラピー Tomoe ★ 8:00 ~ 9:00 朝ヨガ Tomoe ★ 10:00 ~ 11:10 ビギナー
Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 ビギナー Tomoe ★ 19:45 ~ 20:45 アロマキャンドルヨガ Tomo ★ 21 YOGASPADAY 10:00 ~ 11:10 "手放す" Kumi ★ 14:00 ~ 15:10 "緩める" Tomoe ★	Mai ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 プラーナヤマ・バンダ Mai ★★★ 22 10:00 ~ 11:10 セラピー Tomoko ★ 14:00 ~ 15:10 ビギナー Mai ★	Mai ★★ 14:00 ~ 15:10 セラピー Aya ★ 19:30 ~ 21:00 ハタヨガ Mai ★★★ 23 10:00 ~ 11:10 ビギナー Maiko ★ 11:30 ~ 13:00 グルジヨガ Guruji ★★	Mai 18:20~19:10 キールタン Mai 19:20 ~ 20:30 ビギナー Yurika ★ 24 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Aya ★★ 11:30~12:30 サウンドメディテーション Mai	Mai ★★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomoe ★★ 19:45~21:30 ヨガスパシネマ Mai ディナー付き 25 10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumi ★ 11:30~12:30 ストレッチヨガ Mai ★★	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:00 アーユルウェーダ・ハ・ランスヨカ・ Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 夜ヨガ瞑想 Mai ★ 26 8:00 ~ 9:00 朝ヨガ Mai ★★ 10:00 ~ 11:10 セラピー Kumiko ★	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:10 セラピー Tomoe ★ 8:00 ~ 9:00 朝ヨガ Tomoe ★ 10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumiko ★
Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 ビギナー Tomoe ★ 19:45 ~ 20:45 アロマキャンドルヨガ Tomo ★ 21 YOGASPADAY 10:00 ~ 11:10 "手放す" Kumi ★ 14:00 ~ 15:10 "緩める" Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30	Mai ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 プラーナヤマ・バンダ Mai ★★★ 22 10:00 ~ 11:10 セラピー Tomoko ★ 14:00 ~ 15:10 ビギナー Mai ★ 18:30 ~ 19:30	Mai ★★ 14:00 ~ 15:10 セラピー Aya ★ 19:30 ~ 21:00 ハタヨガ Mai ★★★ 23 10:00 ~ 11:10 ビギナー Maiko ★ 11:30 ~ 13:00 グルジヨガ Guruji ★★ 14:00 ~ 15:10	Mai 18:20~19:10 キールタン Mai 19:20 ~ 20:30 ビギナー Yurika ★ 24 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Aya ★★ 11:30~12:30 サウンドメディテーション Mai 18:20~19:10	Mai ★★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomoe ★★ 19:45~21:30 ヨガスパシネマ Mai ディナー付き 25 10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumi ★ 11:30~12:30 ストレッチヨガ Mai ★★ 18:30 ~ 19:30	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:00 アーユルヴェーダ・ハ・ランスヨカ・ Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 夜ヨガ瞑想 Mai ★ 26 8:00 ~ 9:00 朝ヨガ Mai ★★ 10:00 ~ 11:10 セラピー Kumiko ★ 17:00 ~ 18:00	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:10 セラピー Tomoe ★ 8:00 ~ 9:00 朝ヨガ Tomoe ★ 10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumiko ★ 17:00 ~ 18:10
Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 ビギナー Tomoe ★ 19:45 ~ 20:45 アロマキャンドルヨガ Tomo ★ 21 YOGASPADAY 10:00 ~ 11:10	Mai ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 プラーナヤマ・バンダ Mai ★★★ 22 10:00 ~ 11:10 セラピー Tomoko ★ 14:00 ~ 15:10 ビギナー Mai ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ	Mai ★★ 14:00 ~ 15:10 セラピー Aya ★ 19:30 ~ 21:00 ハタヨガ Mai ★★★ 23 10:00 ~ 11:10 ビギナー Maiko ★ 11:30 ~ 13:00 グルジヨガ Guruji ★★ 14:00 ~ 15:10 セラピー	Mai 18:20~19:10 キールタン Mai 19:20 ~ 20:30 ビギナー Yurika ★ 24 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Aya ★★ 11:30~12:30 サウンドメディテーション Mai	Mai ★★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomoe ★★ 19:45~21:30 ヨガスパシネマ Mai ディナー付き 25 10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumi ★ 11:30~12:30 ストレッチョガ Mai ★★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:00 アーユルウェーダ・ハ・ランスヨカ・ Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 夜ヨガ瞑想 Mai ★ 26 8:00 ~ 9:00 朝ヨガ Mai ★★ 10:00 ~ 11:10 セラピー Kumiko ★	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:10 セラピー Tomoe ★ 27 8:00 ~ 9:00 朝ヨガ Tomoe ★ 10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumiko ★ 17:00 ~ 18:10 セラピー
Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 ビギナー Tomoe ★ 19:45 ~ 20:45 アロマキャンドルヨガ Tomo ★ 21 YOGASPADAY 10:00 ~ 11:10 "手放す" Kumi ★ 14:00 ~ 15:10 "緩める" Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 "満たす" Tomo ★★	Mai ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 プラーナヤマ・バンダ Mai ★★★ 22 10:00 ~ 11:10 セラピー Tomoko ★ 14:00 ~ 15:10 ビギナー Mai ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomo ★★	Mai ★★ 14:00 ~ 15:10 セラピー Aya ★ 19:30 ~ 21:00 ハタヨガ Mai ★★★ 23 10:00 ~ 11:10 ビギナー Maiko ★ 11:30 ~ 13:00 グルジヨガ Guruji ★★ 14:00 ~ 15:10 セラピー Aya ★	Mai 18:20~19:10 キールタン Mai 19:20 ~ 20:30 ビギナー Yurika ★ 24 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Aya ★★ 11:30~12:30 サウンドメディテーション Mai 18:20~19:10 キールタン Mai	Mai ★★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomoe ★★ 19:45~21:30 ヨガスパシネマ Mai ディナー付き 25 10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumi ★ 11:30~12:30 ストレッチヨガ Mai ★★ 18:30 ~ 19:30	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:00 アーユルウェーダ・ハ・ランスヨカ・ Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 夜ヨガ瞑想 Mai ★ 26 8:00 ~ 9:00 朝ヨガ Mai ★★ 10:00 ~ 11:10 セラピー Kumiko ★ 17:00 ~ 18:00 アーユルウェーダ・ハ・ランスヨカ・ Tomoe ★	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:10 セラピー Tomoe ★ 8:00 ~ 9:00 朝ヨガ Tomoe ★ 10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumiko ★ 17:00 ~ 18:10
Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 ビギナー Tomoe ★ 19:45 ~ 20:45 アロマキャンドルヨガ Tomo ★ 21 YOGASPADAY 10:00 ~ 11:10 "手放す" Kumi ★ 14:00 ~ 15:10 "緩める" Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 "満たす"	Mai ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 プラーナヤマ・バンダ Mai ★★★ 22 10:00 ~ 11:10 セラピー Tomoko ★ 14:00 ~ 15:10 ビギナー Mai ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ	Mai ★★ 14:00 ~ 15:10 セラピー Aya ★ 19:30 ~ 21:00 ハタヨガ Mai ★★★ 23 10:00 ~ 11:10 ビギナー Maiko ★ 11:30 ~ 13:00 グルジヨガ Guruji ★★ 14:00 ~ 15:10 セラピー	Mai 18:20~19:10 キールタン Mai 19:20 ~ 20:30 ビギナー Yurika ★ 24 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Aya ★★ 11:30~12:30 サウンドメディテーション Mai 18:20~19:10 キールタン	Mai ★★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomoe ★★ 19:45~21:30 ヨガスパシネマ Mai ディナー付き 25 10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumi ★ 11:30~12:30 ストレッチョガ Mai ★★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:00 アーユルウェーダ・ハ・ランスヨカ・ Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 夜ヨガ瞑想 Mai ★ 26 8:00 ~ 9:00 朝ヨガ Mai ★★ 10:00 ~ 11:10 セラピー Kumiko ★ 17:00 ~ 18:00 アーユルウェーダ・ハ・ランスヨカ・	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:10 セラピー Tomoe ★ 27 8:00 ~ 9:00 朝ヨガ Tomoe ★ 10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumiko ★ 17:00 ~ 18:10 セラピー
Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 ビギナー Tomoe ★ 19:45 ~ 20:45 アロマキャンドルヨガ Tomo ★ 21 YOGASPADAY 10:00 ~ 11:10 "手放す" Kumi ★ 14:00 ~ 15:10 "緩める" Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 "満たす" Tomo ★★	Mai ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 プラーナヤマ・バンダ Mai ★★★ 22 10:00 ~ 11:10 セラピー Tomoko ★ 14:00 ~ 15:10 ビギナー Mai ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomo ★★	Mai ★★ 14:00 ~ 15:10 セラピー Aya ★ 19:30 ~ 21:00 ハタヨガ Mai ★★★ 23 10:00 ~ 11:10 ビギナー Maiko ★ 11:30 ~ 13:00 グルジヨガ Guruji ★★ 14:00 ~ 15:10 セラピー Aya ★	Mai 18:20~19:10 キールタン Mai 19:20 ~ 20:30 ビギナー Yurika ★ 24 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Aya ★★ 11:30~12:30 サウンドメディテーション Mai 18:20~19:10 キールタン Mai	Mai ★★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomoe ★★ 19:45~21:30 ヨガスパシネマ Mai ディナー付き 25 10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumi ★ 11:30~12:30 ストレッチョガ Mai ★★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomoe ★★	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:00 アーユルウェーダ・ハ・ランスヨカ・ Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 夜ヨガ瞑想 Mai ★ 26 8:00 ~ 9:00 朝ヨガ Mai ★★ 10:00 ~ 11:10 セラピー Kumiko ★ 17:00 ~ 18:00 アーユルウェーダ・ハ・ランスヨカ・ Tomoe ★	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:10 セラピー Tomoe ★ 27 8:00 ~ 9:00 朝ヨガ Tomoe ★ 10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumiko ★ 17:00 ~ 18:10 セラピー
Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 ビギナー Tomoe ★ 19:45 ~ 20:45 アロマキャンドルヨガ Tomo ★ 21 YOGASPADAY 10:00 ~ 11:10 "手放す" Kumi ★ 14:00 ~ 15:10 "緩める" Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 "満たす" Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30	Mai ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 プラーナヤマ・バンダ Mai ★★★ 22 10:00 ~ 11:10 セラピー Tomoko ★ 14:00 ~ 15:10 ビギナー Mai ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30	Mai ★★ 14:00 ~ 15:10 セラピー Aya ★ 19:30 ~ 21:00 ハタヨガ Mai ★★★ 23 10:00 ~ 11:10 ビギナー Maiko ★ 11:30 ~ 13:00 グルジヨガ Guruji ★★ 14:00 ~ 15:10 セラピー Aya ★ 19:30 ~ 21:00	Mai 18:20~19:10 キールタン Mai 19:20 ~ 20:30 ビギナー Yurika ★ 24 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Aya ★★ 11:30~12:30 サウンドメディテーション Mai 18:20~19:10 キールタン Mai 19:20 ~ 20:30	Mai ★★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomoe ★★ 19:45~21:30 ヨガスパシネマ Mai ディナー付き 25 10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumi ★ 11:30~12:30 ストレッチヨガ Mai ★★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomoe ★★ 19:45~21:30	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:00 アーユルウェーダ・ハ・ランスヨカ・ Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 夜ヨガ瞑想 Mai ★ 26 8:00 ~ 9:00 朝ヨガ Mai ★★ 10:00 ~ 11:10 セラピー Kumiko ★ 17:00 ~ 18:00 アーユルウェーダ・ハ・ランスヨカ・ Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:10 セラピー Tomoe ★ 27 8:00 ~ 9:00 朝ヨガ Tomoe ★ 10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumiko ★ 17:00 ~ 18:10 セラピー
Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 ビギナー Tomoe ★ 19:45 ~ 20:45 アロマキャンドルヨガ Tomo ★ 21 YOGASPADAY 10:00 ~ 11:10 "手放す" Kumi ★ 14:00 ~ 15:10 "緩める" Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 "満たす" Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 "深める"トラタック Mai	Mai ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 プラーナヤマ・バンダ Mai ★★★ 22 10:00 ~ 11:10 セラピー Tomoko ★ 14:00 ~ 15:10 ビギナー Mai ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 プラーナヤマ・バンダ Mai ★★★	Mai ★★ 14:00 ~ 15:10 セラピー Aya ★ 19:30 ~ 21:00 ハタヨガ Mai ★★★ 23 10:00 ~ 11:10 ビギナー Maiko ★ 11:30 ~ 13:00 グルジヨガ Guruji ★★ 14:00 ~ 15:10 セラピー Aya ★ 19:30 ~ 21:00 ハタヨガ Guruji ★★	Mai 18:20~19:10 キールタン Mai 19:20 ~ 20:30 ビギナー Yurika ★ 24 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Aya ★★ 11:30~12:30 サウンドメデイテーション Mai 18:20~19:10 キールタン Mai 19:20 ~ 20:30 ビギナー Yurika ★	Mai ★★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomoe ★★ 19:45~21:30 ヨガスパシネマ Mai ディナー付き 25 10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumi ★ 11:30~12:30 ストレッチヨガ Mai ★★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomoe ★★ 19:45~21:30 料理教室&ディナー シェフ&Mai	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:00 アーユルウェーダ・ハ・ランスヨカ・ Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 夜ヨガ瞑想 Mai ★ 26 8:00 ~ 9:00 朝ヨガ Mai ★★ 10:00 ~ 11:10 セラピー Kumiko ★ 17:00 ~ 18:00 アーユルウェーダ・ハ・ランスヨカ・ Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 夜ヨガ瞑想 Mai ★	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:10 セラピー Tomoe ★ 27 8:00 ~ 9:00 朝ヨガ Tomoe ★ 10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumiko ★ 17:00 ~ 18:10 セラピー
Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 ビギナー Tomoe ★ 19:45 ~ 20:45 アロマキャンドルヨガ Tomo ★ 21 YOGASPADAY 10:00 ~ 11:10 "手放す" Kumi ★ 14:00 ~ 15:10 "緩める" Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 "満たす" Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 "深める"トラタック Mai 28	Mai ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 プラーナヤマ・バンダ Mai ★★★ 22 10:00 ~ 11:10 セラピー Tomoko ★ 14:00 ~ 15:10 ビギナー Mai ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 プラーナヤマ・バンダ Mai ★★★ 29	Mai ★★ 14:00 ~ 15:10 セラピー Aya ★ 19:30 ~ 21:00 ハタヨガ Mai ★★★ 23 10:00 ~ 11:10 ビギナー Maiko ★ 11:30 ~ 13:00 グルジョガ Guruji ★★ 14:00 ~ 15:10 セラピー Aya ★ 19:30 ~ 21:00 ハタヨガ Guruji ★★ 30	Mai 18:20~19:10 キールタン Mai 19:20 ~ 20:30 ビギナー Yurika ★ 24 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Aya ★★ 11:30~12:30 サウンドメデイテーション Mai 18:20~19:10 キールタン Mai 19:20 ~ 20:30 ビギナー Yurika ★ 31	Mai ★★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomoe ★★ 19:45~21:30 ヨガスパシネマ Mai ディナー付き 25 10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumi ★ 11:30~12:30 ストレッチヨガ Mai ★★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomoe ★★ 19:45~21:30 料理教室&ディナー シェフ&Mai	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:00 アーユルウェーダ・ハ・ランスヨカ・ Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 夜ヨガ瞑想 Mai ★ 26 8:00 ~ 9:00 朝ヨガ Mai ★★ 10:00 ~ 11:10 セラピー Kumiko ★ 17:00 ~ 18:00 アーユルウェーダ・ハ・ランスヨカ・ Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 夜ヨガ瞑想	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:10 セラピー Tomoe ★ 27 8:00 ~ 9:00 朝ヨガ Tomoe ★ 10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumiko ★ 17:00 ~ 18:10 セラピー
Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 ビギナー Tomoe ★ 19:45 ~ 20:45 アロマキャンドルヨガ Tomo ★ 21 YOGASPADAY 10:00 ~ 11:10 "手放す" Kumi ★ 14:00 ~ 15:10 "緩める" Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 "満たす" Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 "深める"トラタック Mai 28 10:00 ~ 11:10	Mai ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 プラーナヤマ・バンダ Mai ★★★ 22 10:00 ~ 11:10 セラピー Tomoko ★ 14:00 ~ 15:10 ビギナー Mai ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 プラーナヤマ・バンダ Mai ★★★ 29 10:00 ~ 11:10	Mai ★★ 14:00 ~ 15:10 セラピー Aya ★ 19:30 ~ 21:00 ハタヨガ Mai ★★★ 23 10:00 ~ 11:10 ビギナー Maiko ★ 11:30 ~ 13:00 グルジヨガ Guruji ★★ 14:00 ~ 15:10 セラピー Aya ★ 19:30 ~ 21:00 ハタヨガ Guruji ★★★ 30	Mai 18:20~19:10 キールタン Mai 19:20 ~ 20:30 ビギナー Yurika ★ 24 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Aya ★★ 11:30~12:30 サウンドメデイテーション Mai 18:20~19:10 キールタン Mai 19:20 ~ 20:30 ビギナー Yurika ★ 31 10:00 ~ 11:10	Mai ★★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomoe ★★ 19:45~21:30 ヨガスパシネマ Mai ディナー付き 25 10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumi ★ 11:30~12:30 ストレッチヨガ Mai ★★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomoe ★★ 19:45~21:30 料理教室&ディナー シェフ&Mai	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:00 アーユルウェーダ・ハ・ランスヨカ・ Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 夜ヨガ瞑想 Mai ★ 26 8:00 ~ 9:00 朝ヨガ Mai ★★ 10:00 ~ 11:10 セラピー Kumiko ★ 17:00 ~ 18:00 アーユルウェーダ・ハ・ランスヨカ・ Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 夜ヨガ瞑想 Mai ★	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:10 セラピー Tomoe ★ 8:00 ~ 9:00 朝ヨガ Tomoe ★ 10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumiko ★ 17:00 ~ 18:10 セラピー Tomoe ★
Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 ビギナー Tomoe ★ 19:45 ~ 20:45 アロマキャンドルヨガ Tomo ★ 21 YOGASPADAY 10:00 ~ 11:10 "手放す" Kumi ★ 14:00 ~ 15:10 "緩める" Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 "満たす" Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 "深める"トラタック Mai 28 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ	Mai ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 プラーナヤマ・バンダ Mai ★★★ 22 10:00 ~ 11:10 セラピー Tomoko ★ 14:00 ~ 15:10 ビギナー Mai ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 プラーナヤマ・バンダ Mai ★★★ 29 10:00 ~ 11:10 セラピー	Mai ★★ 14:00 ~ 15:10 セラピー Aya ★ 19:30 ~ 21:00 ハタヨガ Mai ★★★ 23 10:00 ~ 11:10 ビギナー Maiko ★ 11:30 ~ 13:00 グルジョガ Guruji ★★ 14:00 ~ 15:10 セラピー Aya ★ 19:30 ~ 21:00 ハタヨガ Guruji ★★ 30	Mai 18:20~19:10 キールタン Mai 19:20 ~ 20:30 ビギナー Yurika ★ 24 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Aya ★★ 11:30~12:30 サウンドメデイテーション Mai 18:20~19:10 キールタン Mai 19:20 ~ 20:30 ビギナー Yurika ★ 31 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ	Mai ★★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomoe ★★ 19:45~21:30 ヨガスパシネマ Mai ディナー付き 25 10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumi ★ 11:30~12:30 ストレッチヨガ Mai ★★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomoe ★★ 19:45~21:30 料理教室&ディナー シェフ&Mai	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:00 アーユルウェーダ・ハ・ランスヨカ・ Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 夜ヨガ瞑想 Mai ★ 26 8:00 ~ 9:00 朝ヨガ Mai ★★ 10:00 ~ 11:10 セラピー Kumiko ★ 17:00 ~ 18:00 アーユルウェーダ・ハ・ランスヨカ・ Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 夜ヨガ瞑想 Mai ★	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:10 セラピー Tomoe ★ 10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumiko ★ 17:00 ~ 18:10 セラピー Tomoe ★
Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 ビギナー Tomoe ★ 19:45 ~ 20:45 アロマキャンドルヨガ Tomo ★ 21 YOGASPADAY 10:00 ~ 11:10 "手放す" Kumi ★ 14:00 ~ 15:10 "緩める" Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 "満たす" Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 "深める"トラタック Mai 28 10:00 ~ 11:10	Mai ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 プラーナヤマ・バンダ Mai ★★★ 22 10:00 ~ 11:10 セラピー Tomoko ★ 14:00 ~ 15:10 ビギナー Mai ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 プラーナヤマ・バンダ Mai ★★★ 29 10:00 ~ 11:10	Mai ★★ 14:00 ~ 15:10 セラピー Aya ★ 19:30 ~ 21:00 ハタヨガ Mai ★★★ 23 10:00 ~ 11:10 ビギナー Maiko ★ 11:30 ~ 13:00 グルジヨガ Guruji ★★ 14:00 ~ 15:10 セラピー Aya ★ 19:30 ~ 21:00 ハタヨガ Guruji ★★★ 30	Mai 18:20~19:10 キールタン Mai 19:20 ~ 20:30 ビギナー Yurika ★ 24 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Aya ★★ 11:30~12:30 サウンドメデイテーション Mai 18:20~19:10 キールタン Mai 19:20 ~ 20:30 ビギナー Yurika ★ 31 10:00 ~ 11:10	Mai ★★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomoe ★★ 19:45~21:30 ヨガスパシネマ Mai ディナー付き 25 10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumi ★ 11:30~12:30 ストレッチヨガ Mai ★★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomoe ★★ 19:45~21:30 料理教室&ディナー シェフ&Mai 毎月21日は『Y0	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:00 アーユルウェーダ・ハ・ランスヨカ・ Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 夜ヨガ瞑想 Mai ★ 26 8:00 ~ 9:00 朝ヨガ Mai ★★ 10:00 ~ 11:10 セラピー Kumiko ★ 17:00 ~ 18:00 アーユルウェーダ・ハ・ランスヨカ・ Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 夜ヨガ瞑想 Mai ★ OGA SPA DAY』	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:10 セラピー Tomoe ★ 27 8:00 ~ 9:00 朝ヨガ Tomoe ★ 10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumiko ★ 17:00 ~ 18:10 セラピー Tomoe ★ YOGASPADAY ご予約・料金など
Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 ビギナー Tomoe ★ 19:45 ~ 20:45 アロマキャンドルヨガ Tomo ★ 21 YOGASPADAY 10:00 ~ 11:10 "手放す" Kumi ★ 14:00 ~ 15:10 "緩める" Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 "満たす" Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 "深める"トラタック Mai 28 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ	Mai ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 プラーナヤマ・バンダ Mai ★★★ 22 10:00 ~ 11:10 セラピー Tomoko ★ 14:00 ~ 15:10 ビギナー Mai ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 プラーナヤマ・バンダ Mai ★★★ 29 10:00 ~ 11:10 セラピー	Mai ★★ 14:00 ~ 15:10 セラピー Aya ★ 19:30 ~ 21:00 ハタヨガ Mai ★★★ 23 10:00 ~ 11:10 ビギナー Maiko ★ 11:30 ~ 13:00 グルジヨガ Guruji ★★ 14:00 ~ 15:10 セラピー Aya ★ 19:30 ~ 21:00 ハタヨガ Guruji ★★ 30 10:00 ~ 11:10 ビギナー	Mai 18:20~19:10 キールタン Mai 19:20 ~ 20:30 ビギナー Yurika ★ 24 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Aya ★★ 11:30~12:30 サウンドメデイテーション Mai 18:20~19:10 キールタン Mai 19:20 ~ 20:30 ビギナー Yurika ★ 31 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ	Mai ★★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomoe ★★ 19:45~21:30 ヨガスパシネマ Mai ディナー付き 25 10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumi ★ 11:30~12:30 ストレッチヨガ Mai ★★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomoe ★★ 19:45~21:30 料理教室&ディナー シェフ&Mai 毎月21日は『Y(Kumiko ★ 17:00 ~ 18:00 アーユルヴェーダ・ハ・ランスヨカ・ Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 夜ヨガ瞑想 Mai ★ 26 8:00 ~ 9:00 朝ヨガ Mai ★★ 10:00 ~ 11:10 セラピー Kumiko ★ 17:00 ~ 18:00 アーユルヴェーダ・ハ・ランスヨカ・ Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 夜ヨガ瞑想 Mai ★ OGA SPA DAY』	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:10 セラピー Tomoe ★ 27 8:00 ~ 9:00 朝ヨガ Tomoe ★ 10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumiko ★ 17:00 ~ 18:10 セラピー Tomoe ★
Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 ビギナー Tomoe ★ 19:45 ~ 20:45 アロマキャンドルヨガ Tomo ★ 21 YOGASPADAY 10:00 ~ 11:10 "手放す" Kumi ★ 14:00 ~ 15:10 "緩める" Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 "満たす" Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 "深める"トラタック Mai 28 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Kumi ★★	Mai ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 プラーナヤマ・バンダ Mai ★★★ 22 10:00 ~ 11:10 セラピー Tomoko ★ 14:00 ~ 15:10 ビギナー Mai ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 プラーナヤマ・バンダ Mai ★★★ 29 10:00 ~ 11:10 セラピー Tomoko ★	Mai ★★ 14:00 ~ 15:10 セラピー Aya ★ 19:30 ~ 21:00 ハタヨガ Mai ★★★ 23 10:00 ~ 11:10 ビギナー Maiko ★ 11:30 ~ 13:00 グルジヨガ Guruji ★★ 14:00 ~ 15:10 セラピー Aya ★ 19:30 ~ 21:00 ハタヨガ Guruji ★★ 30 10:00 ~ 11:10 ビギナー Maiko ★	Mai 18:20~19:10 キールタン Mai 19:20 ~ 20:30 ビギナー Yurika ★ 24 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Aya ★★ 11:30~12:30 サウンドメディテーション Mai 18:20~19:10 キールタン Mai 19:20 ~ 20:30 ビギナー Yurika ★ 31 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Aya ★★	Mai ★★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomoe ★★ 19:45~21:30 ヨガスパシネマ Mai ディナー付き 25 10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumi ★ 11:30~12:30 ストレッチヨガ Mai ★★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomoe ★★ 19:45~21:30 料理教室&ディナーシェフ&Mai 毎月21日は『YC 21日のヨガクラス (メンパー様もごう	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:00 7-ユルウェーダ・ハ・ランスヨカ・ Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 夜ヨガ瞑想 Mai ★ ★ 10:00 ~ 11:10 セラピー Kumiko ★ 17:00 ~ 18:00 アーユルウェーダ・ハ・ランスヨカ・ Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 夜ヨガ瞑想 Mai ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:10 セラピー Tomoe ★ 27 8:00 ~ 9:00 朝ヨガ Tomoe ★ 10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumiko ★ 17:00 ~ 18:10 セラピー Tomoe ★ YOGASPADAY ご予約・料金など
Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 ビギナー Tomoe ★ 19:45 ~ 20:45 アロマキャンドルヨガ Tomo ★ 21 YOGASPADAY 10:00 ~ 11:10 "手放す" Kumi ★ 14:00 ~ 15:10 "緩める" Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 "満たす" Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 "深める"トラタック Mai 28 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Kumi ★★ 14:00 ~ 15:10 セラピー	Mai ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 プラーナヤマ・バンダ Mai ★★★ 22 10:00 ~ 11:10 セラピー Tomoko ★ 14:00 ~ 15:10 ビギナー Mai ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 プラーナヤマ・バンダ Mai ★★★ 29 10:00 ~ 11:10 セラピー Tomoko ★ 14:00 ~ 15:10	Mai ★★ 14:00 ~ 15:10 セラピー Aya ★ 19:30 ~ 21:00 ハタヨガ Mai ★★★ 23 10:00 ~ 11:10 ビギナー Maiko ★ 11:30 ~ 13:00 グルジヨガ Guruji ★★ 19:30 ~ 21:00 ハタヨガ Guruji ★★ 19:30 ~ 21:00 バタヨガ Guruji ★★ 19:30 ~ 21:00 バタヨガ Guruji ★★ 11:30 ~ 13:00 グルジョガ	Mai 18:20~19:10 キールタン Mai 19:20 ~ 20:30 ビギナー Yurika ★ 24 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Aya ★★ 11:30~12:30 サウンドメデイテーション Mai 18:20~19:10 キールタン Mai 19:20 ~ 20:30 ビギナー Yurika ★ 31 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Aya ★★ 11:30~12:30	Mai ★★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomoe ★★ 19:45~21:30 ヨガスパシネマ Mai ディナー付き 25 10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumi ★ 11:30~12:30 ストレッチョガ Mai ★★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomoe ★★ 19:45~21:30 料理教室&ディナーシェフ&Mai 毎月21日は『Y(21日のヨガクラス (メンバー様もごう 専用予約フォーノ	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:00 7-ユルウェーダ・ハ・ランスヨカ・ Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 夜ヨガ瞑想 Mai ★ ★ 10:00 ~ 11:10 セラピー Kumiko ★ 17:00 ~ 18:00 アーユルウェーダ・ハ・ランスヨカ・ Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 夜ヨガ瞑想 Mai ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:10 セラピー Tomoe ★ 27 8:00 ~ 9:00 朝ヨガ Tomoe ★ 10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumiko ★ 17:00 ~ 18:10 セラピー Tomoe ★ YOGASPADAY ご予約・料金など
Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 ビギナー Tomoe ★ 19:45 ~ 20:45 アロマキャンドルヨガ Tomo ★ 21 YOGASPADAY 10:00 ~ 11:10 "手放す" Kumi ★ 14:00 ~ 15:10 "緩める" Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 "満たす" Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 "深める"トラタック Mai 28 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Kumi ★★ 14:00 ~ 15:10 セラピー Tomoe ★	Mai ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 プラーナヤマ・バンダ Mai ★★★ 22 10:00 ~ 11:10 セラピー Tomoko ★ 14:00 ~ 15:10 ビギナー Mai ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 プラーナヤマ・バンダ Mai ★★★ 29 10:00 ~ 11:10 セラピー Tomoko ★ 14:00 ~ 15:10 ビギナー Tomoko ★	Mai ★★ 14:00 ~ 15:10 セラピー Aya ★ 19:30 ~ 21:00 ハタヨガ Mai ★★★ 23 10:00 ~ 11:10 ビギナー Maiko ★ 11:30 ~ 13:00 グルジョガ Guruji ★★ 19:30 ~ 21:00 ハタヨガ Guruji ★★ 19:30 ~ 21:00 バタヨガ Guruji ★★ 19:30 ~ 21:00 バタヨガ Guruji ★★ 30 10:00 ~ 11:10 ビギナー Maiko ★ 11:30 ~ 13:00 グルジョガ Guruji ★★	Mai 18:20~19:10 キールタン Mai 19:20 ~ 20:30 ビギナー Yurika ★ 24 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Aya ★★ 11:30~12:30 サウンドメディテーション Mai 18:20~19:10 キールタン Mai 19:20 ~ 20:30 ビギナー Yurika ★ 31 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Aya ★★ 11:30~12:30 サウンドメディテーション Mai	Mai ★★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomoe ★★ 19:45~21:30 ヨガスパシネマ Mai ディナー付き 25 10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumi ★ 11:30~12:30 ストレッチョガ Mai ★★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomoe ★★ 19:45~21:30 料理教室&ディナーシェフ&Mai 毎月21日は『Y(21日のヨガクラス 専用予約フォーム プ予約	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:00 7-ユルウェーダ・ハ・ランスヨカ・ Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 夜ヨガ ए	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:10 セラピー Tomoe ★ 27 8:00 ~ 9:00 朝ヨガ Tomoe ★ 10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumiko ★ 17:00 ~ 18:10 セラピー Tomoe ★ YOGASPADAY ご予約・料金など
Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 ビギナー Tomoe ★ 19:45 ~ 20:45 アロマキャンドルヨガ Tomo ★ 21 YOGASPADAY 10:00 ~ 11:10 "手放す" Kumi ★ 14:00 ~ 15:10 "緩める" Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 "満たす" Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 "深める"トラタック Mai 28 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Kumi ★★ 14:00 ~ 15:10 セラピー Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30	Mai ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 プラーナヤマ・バンダ Mai ★★★ 22 10:00 ~ 11:10 セラピー Tomoko ★ 14:00 ~ 15:10 ビギナー Mai ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 プラーナヤマ・バンダ Mai ★★★ 29 10:00 ~ 11:10 セラピー Tomoko ★ 14:00 ~ 15:10 ビギナー Tomoko ★ 14:00 ~ 15:10 ビギナー Tomo ★ 18:30 ~ 19:30	Mai ★★ 14:00 ~ 15:10 セラピー Aya ★ 19:30 ~ 21:00 ハタヨガ Mai ★★★ 23 10:00 ~ 11:10 ビギナー Maiko ★ 11:30 ~ 13:00 グルジヨガ Guruji ★★ 19:30 ~ 21:00 ハタヨガ Guruji ★★★ 30 10:00 ~ 11:10 ビギナー Maiko ★ 11:30 ~ 13:00 グルジョガ Guruji ★★★	Mai 18:20~19:10 キールタン Mai 19:20 ~ 20:30 ビギナー Yurika ★ 24 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Aya ★★ 11:30~12:30 サウンドメデイテーション Mai 18:20~19:10 キールタン Mai 19:20 ~ 20:30 ビギナー Yurika ★ 31 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Aya ★★ 11:30~12:30 サウンドメデイテーション Mai 18:20~19:10	Mai ★★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomoe ★★ 19:45~21:30 ヨガスパシネマ Mai ディナー付き 25 10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumi ★ 11:30~12:30 ストレッチョガ Mai ★★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomoe ★★ 19:45~21:30 料理教室&ディナーシェフ&Mai 毎月21日は『Y(21日のヨガクラス ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:00 7-ユルウェーダ・ハ・ランスヨカ・ Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 夜ヨガ 瞑想 Mai ★ ★ 26 8:00 ~ 9:00 朝ヨガ Mai ★ ★ 10:00 ~ 11:10 セラピー Kumiko ★ 17:00 ~ 18:00 アーユルウェーダ・ハ・ランスヨカ・ Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 夜ヨガ 瞑想 Mai ★ ★ DGA SPA DAY	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:10 セラピー Tomoe ★ 27 8:00 ~ 9:00 朝ヨガ Tomoe ★ 10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumiko ★ 17:00 ~ 18:10 セラピー Tomoe ★ YOGASPADAY ご予約・料金など
Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 ビギナー Tomoe ★ 19:45 ~ 20:45 アロマキャンドルヨガ Tomo ★ 21 YOGASPADAY 10:00 ~ 11:10 "手放す" Kumi ★ 14:00 ~ 15:10 "緩める" Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 "満たす" Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 "深める"トラタック Mai 28 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Kumi ★★ 14:00 ~ 15:10 セラピー Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 ビギナー	Mai ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 プラーナヤマ・バンダ Mai ★★★ 22 10:00 ~ 11:10 セラピー Tomoko ★ 14:00 ~ 15:10 ビギナー Mai ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 プラーナヤマ・バンダ Mai ★★★ 29 10:00 ~ 11:10 セラピー Tomoko ★ 14:00 ~ 15:10 ビギナー Tomoko ★ 14:00 ~ 15:10 ビギナー Tomoko ★ 14:00 ~ 15:10	Mai ★★ 14:00 ~ 15:10 セラピー Aya ★ 19:30 ~ 21:00 ハタヨガ Mai ★★★ 23 10:00 ~ 11:10 ビギナー Maiko ★ 11:30 ~ 13:00 グルジヨガ Guruji ★★ 19:30 ~ 21:00 ハタヨガ Guruji ★★ 19:30 ~ 21:00 バタヨガ Guruji ★★ 11:30 ~ 13:00 グルジョガ Guruji ★★ 14:00 ~ 15:10 セラピー Maiko ★ 11:30 ~ 13:00 グルジョガ Guruji ★★	Mai 18:20~19:10 キールタン Mai 19:20 ~ 20:30 ビギナー Yurika ★ 24 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Aya ★★ 11:30~12:30 サウンドメデイテーション Mai 18:20~19:10 キールタン Mai 19:20 ~ 20:30 ビギナー Yurika ★ 31 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Aya ★★ 11:30~12:30 サウンドメディテーション Mai 18:20~19:10 キールタン Mai 18:20~19:10 キールタン	Mai ★★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomoe ★★ 19:45~21:30 ヨガスパシネマ Mai ディナー付き 25 10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumi ★ 11:30~12:30 ストレッチ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomoe ★★ 19:45~21:30 料理教室&ディナーシェフ&Mai 毎月21日は『Y(21日のヨガクラス・ラムアン・ファールを ※持ち物が必要なが	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:00 アーユルウェーダ・ハ・ランスヨカ・ Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 夜ヨガ 大 ★ 10:00 ~ 11:10 セラピー Kumiko ★ 17:00 ~ 18:00 アーユルウェーダ・ハ・ランスヨカ・ Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 夜ヨガ 版 ★ ★ OGA SPA DAY	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:10 セラピー Tomoe ★ 27 8:00 ~ 9:00 朝ヨガ Tomoe ★ 10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumiko ★ 17:00 ~ 18:10 セラピー Tomoe ★ YOGASPADAY ご予約・料金など
Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 ビギナー Tomoe ★ 19:45 ~ 20:45 アロマキャンドルヨガ Tomo ★ 21 YOGASPADAY 10:00 ~ 11:10 "手放す" Kumi ★ 14:00 ~ 15:10 "緩める" Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 "満たす" Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 "深める"トラタック Mai 28 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Kumi ★★ 14:00 ~ 15:10 セラピー Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 ビギナー Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30	Mai ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 プラーナヤマ・バンダ Mai ★★★ 22 10:00 ~ 11:10 セラピー Tomoko ★ 14:00 ~ 15:10 ビギナー Mai ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 プラーナヤマ・バンダ Mai ★★★ 29 10:00 ~ 11:10 セラピー Tomoko ★ 14:00 ~ 15:10 ビギナー Tomoko ★ 14:00 ~ 15:10 ビギナー Tomoko ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomo ★	Mai ★★ 14:00 ~ 15:10 セラピー Aya ★ 19:30 ~ 21:00 ハタヨガ Mai ★★★ 23 10:00 ~ 11:10 ビギナー Maiko ★ 11:30 ~ 13:00 グルジヨガ Guruji ★★ 19:30 ~ 21:00 ハタヨガ Guruji ★★ 19:30 ~ 21:00 バタヨガ Guruji ★★ 11:10 ビギナー Maiko ★ 11:30 ~ 13:00 グルジヨガ Guruji ★★ 14:00 ~ 15:10 セラピー Aya ★ 11:30 ~ 13:00 グルジヨガ Guruji ★★	Mai 18:20~19:10 キールタン Mai 19:20 ~ 20:30 ビギナー Yurika ★ 24 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Aya ★★ 11:30~12:30 サウンドメディテーション Mai 18:20~19:10 キールタン Mai 19:20 ~ 20:30 ビギナー Yurika ★ 31 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Aya ★★ 11:30~12:30 サウンドメディテーション Mai 18:20~19:10 キールタン Mai 18:20~19:10 キールタン Mai	Mai ★★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomoe ★★ 19:45~21:30 ヨガスパシネマ Mai ディナー付き 25 10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumi ★ 11:30~12:30 ストレッチョガ Mai ★★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomoe ★★ 19:45~21:30 料理教室&ディナーシェフ&Mai 毎月21日は『Y(21日のヨガクラス ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:00 アーユルウェーダ・ハ・ランスヨカ・ Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 夜ヨガ 大 ★ 10:00 ~ 11:10 セラピー Kumiko ★ 17:00 ~ 18:00 アーユルウェーダ・ハ・ランスヨカ・ Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 夜ヨガ 版 ★ ★ OGA SPA DAY	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:10 セラピー Tomoe ★ 10:00 ~ 9:00 朝ヨガ Tomoe ★ 10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumiko ★ 17:00 ~ 18:10 セラピー Tomoe ★ YOGASPADAY ご予約・料金など ↓詳細はこちらから↓
Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 ビギナー Tomoe ★ 19:45 ~ 20:45 アロマキャンドルヨガ Tomo ★ 21 YOGASPADAY 10:00 ~ 11:10 "手放す" Kumi ★ 14:00 ~ 15:10 "緩める" Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 "満たす" Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 "深める"トラタック Mai 28 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Kumi ★★ 14:00 ~ 15:10 セラピー Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 ビギナー Tomoe ★ 19:45 ~ 20:45	Mai ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 プラーナヤマ・バンダ Mai ★★★ 22 10:00 ~ 11:10 セラピー Tomoko ★ 14:00 ~ 15:10 ビギナー Mai ★ 19:45 ~ 20:30 プラーナヤマ・バンダ Mai ★★★ 29 10:00 ~ 11:10 セラピー Tomoko ★ 14:00 ~ 15:10 ビギナー Tomo ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30	Mai ★★ 14:00 ~ 15:10 セラピー Aya ★ 19:30 ~ 21:00 ハタヨガ Mai ★★★ 23 10:00 ~ 11:10 ビギナー Maiko ★ 11:30 ~ 13:00 グルジョガ Guruji ★★ 19:30 ~ 21:00 ハタヨガ Guruji ★★ 19:30 ~ 21:00 グルジョガ Guruji ★★ 19:30 ~ 13:00 グルジョガ Guruji ★★ 19:30 ~ 13:00 グルジョガ Guruji ★★ 11:30 ~ 13:00 グルジョガ Guruji ★★ 11:30 ~ 13:00 グルジョガ Guruji ★★ 11:30 ~ 13:00 グルジョガ Guruji ★★	Mai 18:20~19:10 キールタン Mai 19:20 ~ 20:30 ビギナー Yurika ★ 24 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Aya ★★ 11:30~12:30 サウンドメディテーション Mai 18:20~19:10 キールタン Mai 19:20 ~ 20:30 ビギナー Yurika ★ 31 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Aya ★★ 11:30~12:30 サウンドメディテーション Mai 18:20~19:10 キールタン Mai 18:20~19:10 キールタン Mai 18:20~19:10 キールタン Mai 18:20~19:10 キールタン Mai 19:20 ~ 20:30	Mai ★★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomoe ★★ 19:45~21:30 ヨガスパシネマ Mai ディナー付き 25 10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumi ★ 11:30~12:30 ストレッチ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomoe ★★ 19:45~21:30 料理教室&ディナーシェフ&Mai 毎月21日は『Y(21日のヨガクラス・ラムアン・ファールを ※持ち物が必要なが	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:00 アーユルウェーダ・ハ・ランスヨカ・ Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 夜ヨガ 大 ★ 10:00 ~ 11:10 セラピー Kumiko ★ 17:00 ~ 18:00 アーユルウェーダ・ハ・ランスヨカ・ Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 夜ヨガ 版 ★ ★ OGA SPA DAY	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:10 セラピー Tomoe ★ 27 8:00 ~ 9:00 朝ヨガ Tomoe ★ 10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumiko ★ 17:00 ~ 18:10 セラピー Tomoe ★ YOGASPADAY ご予約・料金など
Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 ビギナー Tomoe ★ 19:45 ~ 20:45 アロマキャンドルヨガ Tomo ★ 21 YOGASPADAY 10:00 ~ 11:10 "手放す" Kumi ★ 14:00 ~ 15:10 "緩める" Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 "満たす" Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 "深める"トラタック Mai 28 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Kumi ★★ 14:00 ~ 15:10 セラピー Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 ビギナー Tomoe ★ Tomoe ★	Mai ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 プラーナヤマ・バンダ Mai ★★★ 22 10:00 ~ 11:10 セラピー Tomoko ★ 14:00 ~ 15:10 ビギナー Mai ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomo ★★ 19:45 ~ 20:30 プラーナヤマ・バンダ Mai ★★★ 29 10:00 ~ 11:10 セラピー Tomoko ★ 14:00 ~ 15:10 ビギナー Tomoko ★ 14:00 ~ 15:10 ビギナー Tomoko ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomo ★	Mai ★★ 14:00 ~ 15:10 セラピー Aya ★ 19:30 ~ 21:00 ハタヨガ Mai ★★★ 23 10:00 ~ 11:10 ビギナー Maiko ★ 11:30 ~ 13:00 グルジヨガ Guruji ★★ 19:30 ~ 21:00 ハタヨガ Guruji ★★ 19:30 ~ 21:00 バタヨガ Guruji ★★ 11:10 ビギナー Maiko ★ 11:30 ~ 13:00 グルジヨガ Guruji ★★ 14:00 ~ 15:10 セラピー Aya ★ 11:30 ~ 13:00 グルジヨガ Guruji ★★	Mai 18:20~19:10 キールタン Mai 19:20 ~ 20:30 ビギナー Yurika ★ 24 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Aya ★★ 11:30~12:30 サウンドメディテーション Mai 18:20~19:10 キールタン Mai 19:20 ~ 20:30 ビギナー Yurika ★ 31 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Aya ★★ 11:30~12:30 サウンドメディテーション Mai 18:20~19:10 キールタン Mai 18:20~19:10 キールタン Mai	Mai ★★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomoe ★★ 19:45~21:30 ヨガスパシネマ Mai ディナー付き 25 10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumi ★ 11:30~12:30 ストレッチ★ 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomoe ★★ 19:45~21:30 料理教室&ディナーシェフ&Mai 毎月21日は『Y(21日のヨガクラス・ラムアン・ファールを ※持ち物が必要なが	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:00 アーユルウェーダ・ハ・ランスヨカ・ Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 夜ヨガ 大 ★ 10:00 ~ 11:10 セラピー Kumiko ★ 17:00 ~ 18:00 アーユルウェーダ・ハ・ランスヨカ・ Tomoe ★ 18:30 ~ 19:30 夜ヨガ 版 ★ ★ OGA SPA DAY	Kumiko ★ 17:00 ~ 18:10 セラピー Tomoe ★ 10:00 ~ 9:00 朝ヨガ Tomoe ★ 10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumiko ★ 17:00 ~ 18:10 セラピー Tomoe ★ YOGASPADAY ご予約・料金など 詳細はこちらから ↓ 詳細はこちらから ↓