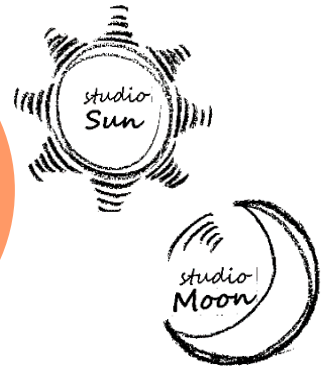


2020年
9月



YOGA SPAクラススケジュール

025. 201. 7092
電話受付 9:30~19:00



【クラスレポート用の写真】【オンラインクラス用の動画】の撮影のあるクラスです。

初めての方におススメのクラスです。
(若葉マークの無いクラスも体験受講可能です)

1階レストランHAVAN DININGのイベント情報です。

【開店時間：クラス開始30分前 閉店時間：最終クラス終了~15分後】

※ 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。 水曜日の午前のクラスを連続で受講する場合や駐車場が満車の際は海岸駐車場に車を駐車してください。

月	火	水	木	金	土	日	
【大切なお知らせ】 9/18~21 のヨガクラスは 定員6名の ご予約制です ※ムーンスタジオで行います。 (メンバー様も ご予約が必要です。) 専用予約フォーム ・店頭・電話にて ご予約承ります♪	1 ナン☆フェス 10:00 ~ 11:10 セラピー Tomoko 11:30~12:30 ストレッチヨガ Tomo 18:30 ~ 19:40 ベーシックハタヨガ Mai	2 10:00 ~ 11:10 ビギナー Maiko 11:30 ~ 13:00 グルジヨガ Guruji 18:20 ~ 19:10 セラピー Mai 19:30 ~ 21:00 ハタヨガ Guruji	3 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Aya 11:30~12:30 ビギナー Mai 18:20 ~ 19:10 サウンドメディテーション Mai 19:20 ~ 20:30 セラピー Tomoe	4 10:00 ~ 11:10 ビギナー Mai 11:30~12:30 アーユルヴェーダバランスヨガ Tomoe 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《夕食付き》 Mai	5 8:00 ~ 9:10 朝ヨガ瞑想 Mai 10:00 ~ 11:10 セラピー Kumiko 17:00 ~ 18:00 アーユルヴェーダバランスヨガ Tomo	6 8:00 ~ 9:10 朝ヨガ Tomoe 10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumiko 17:00 ~ 18:10 セラピー Tomoe	
	7 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Kumi 14:00 ~ 15:10 セラピー Tomoe 19:20 ~ 20:30 アロマキャンドルヨガ Tomo	8 マクロビランチDAY 10:00 ~ 11:10 セラピー Tomoko 11:30~12:30 ストレッチヨガ Tomo 18:30 ~ 19:40 ベーシックハタヨガ Mai	9 10:00 ~ 11:10 ビギナー Maiko 11:30 ~ 13:00 チャクラヨガ Guruji 18:20 ~ 19:10 セラピー Mai 19:30 ~ 21:00 グルジヨガ Guruji	10 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Aya 11:30~12:30 ビギナー Mai 18:20 ~ 19:10 マントラ・キルタン Mai 19:20 ~ 20:30 セラピー Tomoe	11 10:00 ~ 11:10 ビギナー Mai 11:30~12:30 アーユルヴェーダバランスヨガ Tomoe 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomoe 19:45~21:00 料理教室 & ディナー シェフ&Mai	12 8:00 ~ 9:10 朝ヨガ瞑想 Mai 10:00 ~ 11:10 セラピー Kumiko 17:00 ~ 18:00 アーユルヴェーダバランスヨガ Tomoe	13 8:00 ~ 9:10 朝ヨガ Tomoe 10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumiko 17:00 ~ 18:10 セラピー Tomoe
	14 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Kumi 14:00 ~ 15:10 セラピー Tomoe 19:20 ~ 20:30 アロマキャンドルヨガ Tomo	15 カレープレートDAY 10:00 ~ 11:10 セラピー Tomoko 11:30~12:30 ストレッチヨガ Tomo 18:30 ~ 19:40 ベーシックハタヨガ Mai	16 10:00 ~ 11:10 ビギナー Maiko 11:30 ~ 13:00 ハタヨガ Guruji 18:20 ~ 19:10 セラピー Mai 19:30 ~ 21:00 チャクラヨガ Guruji	17 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Aya 11:30~12:30 ビギナー Mai 18:20 ~ 19:10 サウンドメディテーション Mai 19:20 ~ 20:30 セラピー Tomoe	18 【定員6名・要予約】 10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumiko 11:30~12:30 アーユルヴェーダバランスヨガ Kumiko 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomo 休講	19 【定員6名・要予約】 8:00 ~ 9:10 朝ヨガ瞑想 Tomoe 10:00 ~ 11:10 セラピー Kumiko 17:00 ~ 18:00 アーユルヴェーダバランスヨガ Tomo	20 【定員6名・要予約】 8:00 ~ 9:10 朝ヨガ Tomoe 10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumiko 17:00 ~ 18:10 セラピー Tomoe
	21 南インド料理DAY YOGASPA DAY 今月のYOGASPA DAYは 『オンラインクラスのみ』 の開催となります。 8:00 ~ 9:10 目から癒すセラピーヨガ Tomoe 10:00 ~ 11:10 心の安定を見つけよう kumi 11:30 ~ 12:30 「いま」に集中する ベーシックハタヨガ Tomo	22 マクロビランチDAY 10:00 ~ 11:10 セラピー Tomoko 11:30~12:30 ストレッチヨガ Tomo 18:30 ~ 19:40 ベーシックハタヨガ Mai	23 10:00 ~ 11:10 ビギナー Maiko 11:30 ~ 13:00 グルジヨガ Guruji 18:20 ~ 19:10 セラピー Mai 19:30 ~ 21:00 ハタヨガ Guruji	24 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Aya 11:30~12:30 ビギナー Mai 18:20 ~ 19:10 マントラ・キルタン Mai 19:20 ~ 20:30 セラピー Tomoe	25 10:00 ~ 11:10 ビギナー Mai 11:30~12:30 アーユルヴェーダバランスヨガ Tomoe 18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomoe 19:45~21:00 料理教室 & ディナー シェフ&Mai	26 8:00 ~ 9:10 朝ヨガ瞑想 Mai 10:00 ~ 11:10 セラピー Mai 17:00 ~ 18:00 アーユルヴェーダバランスヨガ Tomoe	27 8:00 ~ 9:10 朝ヨガ Tomoe 10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumiko 17:00 ~ 18:10 セラピー Tomoe
	28 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Kumi 14:00 ~ 15:10 セラピー Tomoe 19:20 ~ 20:30 アロマキャンドルヨガ Tomo	29 カレープレートDAY 10:00 ~ 11:10 セラピー Tomoko 11:30~12:30 ストレッチヨガ Tomo 18:30 ~ 19:40 ベーシックハタヨガ Mai	30 10:00 ~ 11:10 ビギナー Maiko 11:30 ~ 13:00 チャクラヨガ Guruji 18:20 ~ 19:10 セラピー Mai 19:30 ~ 21:00 グルジヨガ Guruji	毎月21日は YOGA SPA DAY 毎月21日は特別クラスを 開催しています。 ※今月はオンラインクラス のみの開催となります。 ↓詳細はこちら↓ 			クリシュナ・グルジお知らせ 【月額制】 グルジのオンラインクラス 過去のオンラインクラスの動画や オンラインでしか受けられない 動画クラスをいつでも何度でも 視聴ができるお得なクラスです♡ ↓詳細はこちら↓