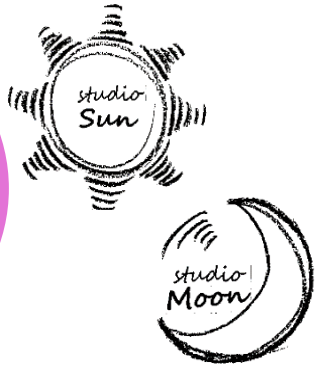


2020年
10月



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)

【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】

1階レストランHAVAN DININGのイベント情報です。

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。

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。

【大切なお知らせ】 10/16~18 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♪	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。 ↓詳細はこちら↓ 	10/2のヨガスパシネマ 【ザ・トゥルー・コスト】 華やかなファッション業界 の、知られざる真実とは？ 生徒さんからのご提供 	1 ナン☆フェス 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Aya	2 10:00 ~ 11:10 ビギナー Mai	3 8:00 ~ 9:10 朝ヨガ瞑想 Mai	4 8:00 ~ 9:10 朝ヨガ Tomoe
			11:30~12:30 ビギナー Mai	11:30~12:30 アーユルヴェーダバランスヨガ Tomoe	10:00 ~ 11:10 セラピー Kumiko	10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumiko
			18:20 ~ 19:10 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	17:00 ~ 18:00 アーユルヴェーダバランスヨガ Tomo	17:00 ~ 18:10 セラピー Tomoe
			19:20 ~ 20:30 セラピー Tomoe	19:45~21:30 ヨガスパシネマ《夕食付き》 Mai		
5 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Kumi	6 カレープレートDAY 10:00 ~ 11:10 セラピー Tomoko	7 10:00 ~ 11:10 ビギナー Maiko	8 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Aya	9 10:00 ~ 11:10 ビギナー Mai	10 8:00 ~ 9:10 朝ヨガ瞑想 Mai	11 8:00 ~ 9:10 朝ヨガ Tomoe
14:00 ~ 15:10 セラピー Tomoe	11:30~12:30 ストレッチヨガ Tomo	11:30 ~ 13:00 ハタヨガ Guruji	11:30~12:30 ビギナー Mai	11:30~12:30 アーユルヴェーダバランスヨガ Tomoe	10:00 ~ 11:10 セラピー Kumiko	10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumiko
18:30 ~ 19:40 ベーシックハタヨガ Mai	18:30 ~ 19:40 ベーシックハタヨガ Mai	18:20 ~ 19:10 セラピー Mai	18:20 ~ 19:10 マントラ・キルタン Mai	18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomoe	17:00 ~ 18:00 アーユルヴェーダバランスヨガ Tomoe	17:00 ~ 18:10 セラピー Tomoe
19:20 ~ 20:30 アロマキャンドルヨガ Tomo		19:30 ~ 21:00 チャクラヨガ Guruji	19:20 ~ 20:30 セラピー Tomoe	19:45~21:00 料理教室&ディナー シェフ&Mai		
12 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Kumi	13 マクロビランチDAY 10:00 ~ 11:10 セラピー Tomoko	14 10:00 ~ 11:10 ビギナー Maiko	15 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Aya	16 【定員6名・要予約】 10:00 ~ 11:10 ビギナー Tomo	17 【定員6名・要予約】 8:00 ~ 9:10 朝ヨガ瞑想 Tomo	18 【定員6名・要予約】 8:00 ~ 9:10 朝ヨガ Tomoe
14:00 ~ 15:10 セラピー Tomoe	11:30~12:30 ストレッチヨガ Tomo	11:30 ~ 13:00 グルジヨガ Guruji	11:30~12:30 ビギナー Mai	11:30~12:30 アーユルヴェーダバランスヨガ Tomo	10:00 ~ 11:10 セラピー Kumiko	10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumiko
18:30 ~ 19:40 ベーシックハタヨガ Mai	18:30 ~ 19:40 ベーシックハタヨガ Mai	18:20 ~ 19:10 セラピー Mai	18:20 ~ 19:10 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	17:00 ~ 18:00 アーユルヴェーダバランスヨガ Tomoe	17:00 ~ 18:10 セラピー Tomoe
19:20 ~ 20:30 アロマキャンドルヨガ Tomo		19:30 ~ 21:00 ハタヨガ Guruji	19:20 ~ 20:30 セラピー Tomoe	休講		
19 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Kumi	20 カレープレートDAY 10:00 ~ 11:10 セラピー Tomoko	21 南インド料理DAY 10:00 ~ 11:10 はじめてのムーラバンダ Maiko	22 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Aya	23 10:00 ~ 11:10 ビギナー Mai	24 8:00 ~ 9:10 朝ヨガ瞑想 Mai	25 8:00 ~ 9:10 朝ヨガ Tomoe
14:00 ~ 15:10 セラピー Tomoe	11:30~12:30 ストレッチヨガ Tomo	11:30 ~ 13:00 グラウンディングフローヨガ Guruji	11:30~12:30 ビギナー Mai	11:30~12:30 アーユルヴェーダバランスヨガ Tomoe	10:00 ~ 11:10 セラピー Kumiko	10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumiko
18:30 ~ 19:40 ベーシックハタヨガ Mai	18:30 ~ 19:40 ベーシックハタヨガ Mai	18:20 ~ 19:10 アンチエイジングヨガセラピー Mai	18:20 ~ 19:10 マントラ・キルタン Mai	18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Tomoe	17:00 ~ 18:00 アーユルヴェーダバランスヨガ Tomoe	17:00 ~ 18:10 セラピー Tomoe
19:20 ~ 20:30 アロマキャンドルヨガ Tomo		19:30 ~ 21:00 瞑想へ導くムーラバンダヨガ Guruji	19:20 ~ 20:30 セラピー Mai	19:45~21:00 料理教室&ディナー シェフ&Mai		
26 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Kumi	27 マクロビランチDAY 10:00 ~ 11:10 セラピー Tomoko	28 10:00 ~ 11:10 ビギナー Maiko	29 10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Aya	30 10:00 ~ 11:10 ビギナー Mai	31 8:00 ~ 9:10 朝ヨガ瞑想 Mai	10/30は ハロウィンパーティー 詳細は別途ご案内 いたします。
14:00 ~ 15:10 セラピー Tomoe	11:30~12:30 ストレッチヨガ Tomo	11:30 ~ 13:00 ハタヨガ Guruji	11:30~12:30 ビギナー Mai	11:30~12:30 アーユルヴェーダバランスヨガ Tomoe	10:00 ~ 11:10 セラピー Kumiko	
18:30 ~ 19:40 ベーシックハタヨガ Mai	18:30 ~ 19:40 ベーシックハタヨガ Mai	18:20 ~ 19:10 セラピー Mai	18:20 ~ 19:10 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	17:00 ~ 18:00 アーユルヴェーダバランスヨガ Tomoe	
19:20 ~ 20:30 アロマキャンドルヨガ Tomo		19:30 ~ 21:00 チャクラヨガ Guruji	19:20 ~ 20:30 セラピー Tomoe	19:45~21:00 ハロウィンパーティー DJ Mai		