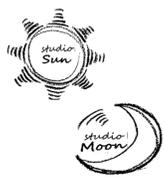


2022年
6月



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。



体験の方におススメのクラスです。

【 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 】

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・午後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。

【お知らせ】

6/18(土)~20(月)
通常クラスはMoon
スタジオで行います。
定員8名のご予約制。
1日1クラスの受講で
お願いします。
ヨガスパメンバーのみ
参加が可能です。



6/21 国際ヨガの日
日本のインドへ
旅しよう
※定員50名

キャンセル待ち

詳細は
こちら
→→



1	2	3	4	5
10:30 ~ 12:00 ヨガプラーナヤマ Guruji	10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Tomo	10:00 ~ 11:10 ビギナー Mai	8:00 ~ 9:10 朝ヨガ瞑想 Kumi	8:00 ~ 9:10 朝ヨガ Tomoe
12:20 ~ 13:00 サウンドメディテーション Mai	11:30 ~ 12:30 セラピーフロー Aya	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 Tomo	10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumiko
19:30 ~ 21:00 ヨガセラピー Guruji	19:20 ~ 20:30 セラピー Tomoe	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

6	7	8	9	10	11	12
10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Kumi	10:00 ~ 11:10 セラピー Tomo	10:30 ~ 12:00 グルジヨガ Guruji	10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Tomo	10:00 ~ 11:10 ビギナー Mai	8:00 ~ 9:10 朝ヨガ瞑想 Kumi	8:00 ~ 9:10 朝ヨガ Kumiko
14:00 ~ 15:10 セラピー Kumiko	11:30 ~ 12:30 ストレッチヨガ Tomoko	12:20 ~ 13:00 ヨーガニドラ Tomoe	11:30 ~ 12:30 セラピーフロー Aya	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 Tomo	10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumiko
18:30 ~ 19:30 ビギナー Minami	18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Minami			18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Junko	17:00 ~ 18:00 アーユルヴェーダバランスヨガ Tomoko	17:00 ~ 18:10 セラピー Kumi
19:45 ~ 20:45 リラクソヨガ Tomoe	19:45 ~ 20:45 ビギナー Tomoe	19:30 ~ 21:00 ハタヨガ Guruji	19:20 ~ 20:30 セラピー Tomoe	19:45 ~ 21:00 料理教室&ディナー Mai&シェフ	18:20 ~ 19:30 プラーナヤマ・バンダ Mai	

13	14 ● 満月	15	16	17	18 [定員8名]	19 [定員8名]
10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Kumi	10:00 ~ 11:10 セラピー Tomo	10:30 ~ 12:00 チャクラヨガ Guruji	10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Tomo	10:00 ~ 11:10 ビギナー Mai	8:00 ~ 9:10 朝ヨガ瞑想 Kumi	8:00 ~ 9:10 朝ヨガ Kaoru
14:00 ~ 15:10 セラピー Kumiko	11:30 ~ 12:30 ストレッチヨガ Tomoko	12:20 ~ 13:00 サウンドメディテーション Mai	11:30 ~ 12:30 セラピーフロー Aya	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 Kumi	10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumiko
18:30 ~ 19:30 ビギナー Minami	18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Minami			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 Junko	17:00 ~ 18:10 セラピー Kumi
19:45 ~ 20:45 リラクソヨガ Suzuho	19:45 ~ 20:45 ビギナー Mai	19:30 ~ 21:00 ヨガプラーナヤマ Guruji	19:20 ~ 20:30 セラピー Tomoe	19:45 ~ 20:30 サウンドメディテーション Mai	18:20 ~ 19:30 姿勢改善 Junko	

20 [定員8名]	21 国際ヨガの日	22	23	24	25	26
10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Kumi	10:00 ~ 11:10 セラピー Tomo	10:30 ~ 12:00 ヨガセラピー Guruji	10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Tomo	10:00 ~ 11:10 ビギナー Mai	8:00 ~ 9:10 朝ヨガ瞑想 Kumi	8:00 ~ 9:10 朝ヨガ Tomoe
11:30 ~ 13:00 アロマWS(有料) Junko	11:30 ~ 12:30 ストレッチヨガ Tomoko	12:20 ~ 13:00 メディテーション Guruji	11:30 ~ 12:30 セラピーフロー Aya	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 Tomo	10:00 ~ 11:10 ビギナー Kumiko
14:00 ~ 15:10 セラピー Kumiko	18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Minami			18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Junko	11:30~12:30 料理教室&ランチ Mai	17:00 ~ 18:10 セラピー Tomoe
18:30 ~ 19:30 ビギナー Minami	19:45 ~ 20:45 ビギナー Mai	19:30 ~ 21:00 グルジヨガ Guruji	19:20 ~ 20:30 セラピー Tomoe	19:45 ~ 21:00 料理教室&ディナー Mai&シェフ	17:00 ~ 18:00 アーユルヴェーダバランスヨガ Tomoe	
19:45 ~ 20:45 リラクソヨガ Suzuho	※通常クラスは お休みです				18:30 ~ 20:30 サットサンガ (神話鑑賞会) Guruji	<メニュー> ほうれん草パイ包

27	28	29 ○ 新月	30	6/20 アロマWS	【お知らせ】
10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Kumi	10:00 ~ 11:10 セラピー Tomo	10:30 ~ 12:00 ハタヨガ Guruji	10:00 ~ 11:10 ベーシックハタヨガ Tomo	【生活に使えるアロマの基本】 講師: Junko ~~内容~~ 海外では医療として 使われているアロマの、 *アロマが心身にもたらす 影響や品質について *生活に役立つアロマ別 薬理作用と使い方 *スイーツ&お土産付き☆	LINE 公式 始めました♪
14:00 ~ 15:10 セラピー Kumiko	11:30 ~ 12:30 ストレッチヨガ Tomoko	12:20 ~ 13:00 ヨーガニドラ Mai	11:30 ~ 12:30 セラピーフロー Aya	参加費 フリーパス/¥1,100 ドロップイン/¥2,750 ビジター/¥4,400	☆友達登録で¥300引きクーポンをプレゼント ☆毎月抽選クーポンやお得情報を受け取る ☆ランチ利用でポイントが貯まる ↓お友達登録 お待ちしております(*^_^*)↓
18:30 ~ 19:30 ビギナー Minami	18:30 ~ 19:30 ベーシックハタヨガ Minami	19:30 ~ 21:00 チャクラヨガ Guruji	19:20 ~ 20:30 セラピー Tomoe		トーク画面から簡単に クラススケジュールも チェックできます!(^^)!
19:45 ~ 20:45 リラクソヨガ Tomoe	19:45 ~ 20:45 ビギナー Mai				