

2024年
8月



YOGA SPAクラススケジュール

025. 201. 7092
電話受付 9:30~19:00



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

※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。

月	火	水	木	金	土	日
料金 FP¥550 D ¥1,100 V ¥1,650 予約方法 店頭・電話 LINE・メール 講師:MAI 各クラス定員5名様・予約制です。 8/10(土) 8:00~9:30「プラーナヤマ・バンダ」 8/24(土) 10:00~11:30「姿勢改善ヨガ」	8月 セミプライベートワークショップ 		1	2	3	4 新月○
	10:00 ~ 11:10 ベーシックヨガ Tomoe	10:00 ~ 11:10 アーユルヴェーダバランスヨガ MAI	8:00 ~ 9:10 朝ヨガ瞑想 Kumi	8:00 ~ 9:10 朝ヨガ Tomoe		
	11:30 ~ 12:30 やさしいハタヨガ Ryo	11:30 ~ 12:30 ベーシックヨガ mai.k	10:00 ~ 11:10 セラピーヨガ Tomoe	10:00 ~ 11:10 ベーシックヨガ Kumiko		
	18:30 ~ 19:30 ベーシックヨガ Kaoru	18:30 ~ 19:30 インドヨガ Tomoe	17:00 ~ 18:00 アーユルヴェーダバランスヨガ Junko	10:30 ~ 12:00 インテグラルヨガ Swamiji		
	19:45 ~ 20:45 セラピーヨガ MAI	19:45 ~ 20:30 メディテーション MAI	18:30 ~ 20:00 知識のヨガ Swamiji	17:00 ~ 18:10 セラピーヨガ Tomoe		
5	6	7	8	9	10	11
10:00 ~ 11:10 インドヨガ Kumi	10:00 ~ 11:10 セラピーヨガ Minami	10:00 ~ 11:10 ハタヨガ MAI	10:00 ~ 11:10 ベーシックヨガ Tomoe	10:00 ~ 11:10 アーユルヴェーダバランスヨガ MAI	8:00 ~ 9:10 朝ヨガ瞑想 Kumi	8:00 ~ 9:10 朝ヨガ Tomoe
14:00 ~ 15:10 セラピーヨガ Kumiko	11:30 ~ 12:30 ベーシックヨガ MAI	11:30 ~ 12:30 ベーシックヨガ Kumiko	11:30 ~ 12:30 やさしいハタヨガ Ryo	11:30 ~ 12:30 ベーシックヨガ mai.k	10:00 ~ 11:10 セラピーヨガ Tomoe	10:00 ~ 11:10 ベーシックヨガ Kumiko
18:30 ~ 19:30 ベーシックヨガ mai.k			18:30 ~ 19:30 ベーシックヨガ Kaoru	18:30 ~ 19:30 インドヨガ Tomoe	17:00 ~ 18:00 アーユルヴェーダバランスヨガ Junko	10:30 ~ 12:00 インテグラルヨガ Swamiji
19:45 ~ 20:30 アロマキャンドルヨガ Minami	19:00 ~ 20:10 やさしいハタヨガ Junko	19:00 ~ 20:10 アーユルヴェーダバランスヨガ Tomoe	19:45 ~ 20:45 セラピーヨガ MAI	19:45 ~ 20:30 メディテーション MAI	18:30 ~ 20:00 知識のヨガ Swamiji	17:00 ~ 18:10 セラピーヨガ Tomoe
12	13	14	15	16	17	18
8:00 ~ 9:10 朝ヨガ Minami	10:00 ~ 11:10 セラピーヨガ Minami	10:00 ~ 11:10 ハタヨガ MAI	10:00 ~ 11:10 ベーシックヨガ Tomoe	10:00 ~ 11:10 アーユルヴェーダバランスヨガ MAI	8:00 ~ 9:10 朝ヨガ瞑想 Kumi	8:00 ~ 9:10 朝ヨガ Tomoe
10:00 ~ 11:10 インドヨガ Kumi	11:30 ~ 12:30 ベーシックヨガ Junko	11:30 ~ 12:30 ベーシックヨガ Kumiko	11:30 ~ 12:30 やさしいハタヨガ Ryo	11:30 ~ 12:30 ベーシックヨガ mai.k	10:00 ~ 11:10 セラピーヨガ Tomoe	10:00 ~ 11:10 ベーシックヨガ Kumiko
14:00 ~ 15:10 セラピーヨガ Kumiko			18:30 ~ 19:30 ベーシックヨガ Kaoru	18:30 ~ 19:30 インドヨガ Tomoe	17:00 ~ 18:00 アーユルヴェーダバランスヨガ Junko	10:30 ~ 12:00 インテグラルヨガ Swamiji
17:00 ~ 18:10 ベーシックヨガ mai.k	休講	19:00 ~ 20:10 アーユルヴェーダバランスヨガ Tomoe	19:45 ~ 20:45 セラピーヨガ MAI	19:45 ~ 20:30 メディテーション MAI	18:30 ~ 20:00 知識のヨガ Swamiji	17:00 ~ 19:00 ビーチクリーン & サンセット ヨガ
19	20 満月●	21	22	23	24	25
10:00 ~ 11:10 インドヨガ Kumi	10:00 ~ 11:10 セラピーヨガ Minami	10:00 ~ 11:10 ハタヨガ MAI	10:00 ~ 11:10 ベーシックヨガ Tomoe	10:00 ~ 11:10 アーユルヴェーダバランスヨガ MAI	8:00 ~ 9:10 朝ヨガ瞑想 Kumi	8:00 ~ 9:10 朝ヨガ Tomoe
14:00 ~ 15:10 セラピーヨガ Kumiko	11:30 ~ 12:30 ベーシックヨガ Tomoko	11:30 ~ 12:30 ベーシックヨガ Kumiko	11:30 ~ 12:30 やさしいハタヨガ Ryo	11:30 ~ 12:30 ベーシックヨガ mai.k	10:00 ~ 11:10 セラピーヨガ Tomoe	10:00 ~ 11:10 ベーシックヨガ Ryo
18:30 ~ 19:30 ベーシックヨガ mai.k			18:30 ~ 19:30 ベーシックヨガ Kaoru	18:30 ~ 19:30 インドヨガ Tomoe	17:00 ~ 18:00 アーユルヴェーダバランスヨガ Junko	10:30 ~ 12:00 インテグラルヨガ Swamiji
19:45 ~ 20:30 アロマキャンドルヨガ Minami	19:00 ~ 20:10 やさしいハタヨガ Junko	19:00 ~ 20:10 アーユルヴェーダバランスヨガ Tomoe	19:45 ~ 20:45 セラピーヨガ MAI	19:45 ~ 20:30 メディテーション MAI	18:30 ~ 20:00 知識のヨガ Swamiji	17:00 ~ 18:10 セラピーヨガ Tomoe
26	27	28	29	30	31	ビーチクリーン&サンセット ヨガ HAVAN特製ジンジャーエールのドリンク付き 日時:18(日)17時受付 雨天の場合25日に延期 場所:関屋浜 参加費:千円以上の寄付 お申込方法 公式LINE、instagram 店頭よりお申込み下さい
10:00 ~ 11:10 インドヨガ Kumi	10:00 ~ 11:10 セラピーヨガ Minami	10:00 ~ 11:10 ハタヨガ MAI	10:00 ~ 11:10 ベーシックヨガ Tomoe	10:00 ~ 11:10 アーユルヴェーダバランスヨガ MAI	8:00 ~ 9:10 朝ヨガ瞑想 Kumi	
14:00 ~ 15:10 セラピーヨガ Kumiko	11:30 ~ 12:30 ベーシックヨガ Tomoko	11:30 ~ 12:30 ベーシックヨガ Kumiko	11:30 ~ 12:30 やさしいハタヨガ Ryo	11:30 ~ 12:30 ベーシックヨガ mai.k	10:00 ~ 11:10 セラピーヨガ Tomoe	
18:30 ~ 19:30 ベーシックヨガ mai.k			18:30 ~ 19:30 ベーシックヨガ Kaoru	18:30 ~ 19:30 インドヨガ Tomoe	17:00 ~ 18:00 アーユルヴェーダバランスヨガ Junko	
19:45 ~ 20:30 アロマキャンドルヨガ Minami	19:00 ~ 20:10 やさしいハタヨガ Junko	19:00 ~ 20:10 アーユルヴェーダバランスヨガ Tomoe	19:45 ~ 20:45 セラピーヨガ MAI	19:45 ~ 21:00 料理教室 MAI&シェフ	18:30 ~ 20:00 知識のヨガ Swamiji	