

2025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

※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
				1	2	3
初めての方におススメのクラス 撮影のあるクラス ドネーション制(寄付制)のクラス MOONスタジオにて行うクラス			MOONスタジオクラス開催時のご案内 MOONスタジオクラスの定員は12名を予定しています。 ご予約は不要ですが、先着順でのご参加となります。 ご理解、ご協力をよろしくお願いいたします。	10:00 ~ 11:10 アーユルヴェーダバランスヨガ Tomoe	8:00 ~ 9:10 朝ヨガ瞑想 Kumi	8:00 ~ 9:10 朝ヨガ Tomoe
				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 やさしいハタヨガ Kumiko
				18:30 ~ 19:30 インドヨガ Tomoe	17:00 ~ 18:00 Japa・キルタン瞑想 MAI	
				19:45 ~ 20:30 メディテーション MAI		17:00 ~ 18:10 アーユルヴェーダバランスヨガ Junko
4	火曜休館日	6	7	8	9 満月 ●	10
10:00 ~ 11:10 インドヨガ Kumi		10:00 ~ 11:10 ハタヨガ Tomoe		10:00 ~ 11:10 アーユルヴェーダバランスヨガ Tomoko	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 Minami	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 やさしいハタヨガ 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		
19:45 ~ 20:30 アロマキャンドルヨガ Minami			19:45 ~ 20:45 セラピーヨガ MAI	19:45 ~ 20:30 メディテーション MAI		17:00 ~ 18:10 アーユルヴェーダバランスヨガ Junko
11		13	14	15	16	17
8:00 ~ 9:10 朝ヨガ Minami		10:00 ~ 11:10 ハタヨガ Tomoe		10:00 ~ 11:10 アーユルヴェーダバランスヨガ Tomoko	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 Minami	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 やさしいハタヨガ Kumiko
14:00 ~ 15:10 セラピーヨガ Kumiko		休館	18:30 ~ 19:30 ベーシックヨガ Kaoru	18:30 ~ 19:30 インドヨガ Tomoe	17:00 ~ 20:00 クリシュナ ジャンマスタミ ※別紙参照 [ドネーション制]	
17:00 ~ 18:10 ベーシックヨガ mai.k			19:45 ~ 20:45 セラピーヨガ MAI	19:45 ~ 20:30 メディテーション MAI		17:00 ~ 18:10 アーユルヴェーダバランスヨガ Junko
18		20	21	22	23 新月 ○	24
10:00 ~ 11:10 インドヨガ Kumi		10:00 ~ 11:10 ハタヨガ Tomoe		10:00 ~ 11:10 アーユルヴェーダバランスヨガ Tomoko	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 Minami	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 やさしいハタヨガ Kumi
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		
19:45 ~ 20:30 アロマキャンドルヨガ Minami			19:45 ~ 20:45 セラピーヨガ MAI	19:45 ~ 20:30 料理教室 シェフ		17:00 ~ 18:10 アーユルヴェーダバランスヨガ Junko
25		27	28	29	30	31
10:00 ~ 11:10 インドヨガ Kumi	10:00 ~ 11:10 ハタヨガ Tomoe		10:00 ~ 11:10 アーユルヴェーダバランスヨガ Tomoko	8:00 ~ 9:10 朝ヨガ瞑想 Tomoe	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 Minami	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 やさしいハタヨガ 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 ~ 20:00 サットサンガ 17:00-17:50 キルタン・マントラ練習 18:00-20:00 スワミジの講話 [ドネーション制]		
19:45 ~ 20:30 アロマキャンドルヨガ Minami		19:45 ~ 20:45 セラピーヨガ MAI	19:45 ~ 21:30 YOGA SPA シネマ		17:00 ~ 18:10 アーユルヴェーダバランスヨガ Junko	