

2025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

※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	火曜 休館 日	3	4	5	6	7	
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		11:30 ~ 12:30 ベーシックヨガ	11:30 ~ 12:30 やさしいハタヨガ	11:30 ~ 12:30 ベーシックヨガ		10:00 ~ 11:10 やさしいハタヨガ	
18:30 ~ 19:30 ベーシックヨガ			18:30 ~ 19:30 ベーシックヨガ	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]	17:00 ~ 18:10 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			19:45 ~ 20:45 セラピーヨガ	19:45 ~ 20:30 メディテーション MAI			
8 満月 ●		10	11	12	13	14	
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		11:30 ~ 12:30 ベーシックヨガ	11:30 ~ 12:30 やさしいハタヨガ	11:30 ~ 12:30 ベーシックヨガ		10:00 ~ 11:10 やさしいハタヨガ Kumiko	
18:30 ~ 19:30 ベーシックヨガ			18:30 ~ 19:30 ベーシックヨガ	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]	17:30 ~ 18:30 自然とつながる 芝生ヨガ (新潟市みなとぴあ) 【別紙参照・要予約】	
19:45 ~ 20:30 アロマキャンドルヨガ			19:45 ~ 20:45 セラピーヨガ	19:45 ~ 20:30 メディテーション MAI			
15		17	18	19	20	21	
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	11:30 ~ 12:30 やさしいハタヨガ	11:30 ~ 12:30 ベーシックヨガ	10:00 ~ 11:10 セラピーヨガ	10:00 ~ 11:10 やさしいハタヨガ	
14:00 ~ 15:10 セラピーヨガ			18:30 ~ 19:30 ベーシックヨガ	18:30 ~ 19:30 インドヨガ Tomoe			
17:00 ~ 18:10 ベーシックヨガ			19:45 ~ 20:45 セラピーヨガ	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	
22 新月 ○		24	25	26	27	28	
10:00 ~ 11:10 インドヨガ		10:00 ~ 11:10 ハタヨガ Kumiko	10:00 ~ 11:10 ベーシックヨガ	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		11:30 ~ 12:30 ベーシックヨガ	11:30 ~ 12:30 やさしいハタヨガ Ryo	11:30 ~ 12:30 ベーシックヨガ	10:00 ~ 11:10 セラピーヨガ	10:00 ~ 11:10 やさしいハタヨガ Kumiko	
18:30 ~ 19:30 ベーシックヨガ			18:30 ~ 19:30 ベーシックヨガ	18:30 ~ 19:30 インドヨガ Tomoe			
19:45 ~ 20:30 アロマキャンドルヨガ		19:00 ~ 20:10 アーユルヴェーダバランスヨガ Minami	19:45 ~ 20:45 セラピーヨガ	19:45 ~ 20:30 料理教室 MAI&シェフ	17:00 ~ 18:00 キルタン・マントラ練習 MAI	17:00 ~ 18:10 アーユルヴェーダバランスヨガ Junko	
29		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 よろしくお願い致します。
10:00 ~ 11:10 インドヨガ Kumi							
14:00 ~ 15:10 セラピーヨガ							
18:30 ~ 19:30 ベーシックヨガ							
19:45 ~ 20:30 アロマキャンドルヨガ							