

2026年
2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
<div> 初めてのの方にオススメのクラス </div> <div> 撮影のあるクラス </div> <div> ドネーション制(寄付制)のクラス </div> <div> 優先 予約の方優先。予約してなくても空きあれば参加可能です。 </div>			<div> クリシュナプラーナスワミジ ハタヨガクラス開催 </div> <div> 毎週月曜日 2.9.23日(16日は休講) 時間 11:30 ~ 12:40 ご予約の方優先 </div> <div> 初心者の方でも受講できる ヨガポーズの基本や呼吸法を行います。 正しいポーズのアライメントやアジャストを スワミジが直接指導するクラスです。 初歩～小さなステップで進めていきましょう。 ※時間割には表記していません </div>			<div>1</div> <div>8:00 ~ 9:10</div> <div>朝ヨガ Tomoe</div>
						<div>10:30 ~ 12:00</div> <div>アートマヨガ </div> <div>優先 Swamiji</div>
						<div>17:00 ~ 18:10</div> <div>アーユルヴェーダバランスヨガ Junko</div>
2 満月●	火曜 休館日	4	5	6	7	8
<div>10:00 ~ 11:10</div> <div>インドヨガ Kumi</div>		<div>10:00 ~ 11:10</div> <div>ハタヨガ MAI</div>	<div>10:00 ~ 11:10</div> <div>ベーシックヨガ </div> <div>Kumiko</div>	<div>10:00 ~ 11:10</div> <div>アーユルヴェーダバランスヨガ Tomoko</div>	<div>8:00 ~ 9:10</div> <div>朝ヨガ瞑想 Kumi</div>	<div>8:00 ~ 9:10</div> <div>朝ヨガ Tomoe</div>
<div>14:00 ~ 15:10</div> <div>セラピーヨガ </div> <div>Kumiko</div>		<div>11:30 ~ 12:30</div> <div>ベーシックヨガ </div> <div>Minami</div>	<div>11:30 ~ 12:30</div> <div>やさしいハタヨガ Ryo</div>	<div>11:30 ~ 12:30</div> <div>ベーシックヨガ </div> <div>mai.k</div>	<div>10:00 ~ 11:10</div> <div>セラピーヨガ </div> <div>Tomoe</div>	<div>10:30 ~ 12:00</div> <div>アートマヨガ </div> <div>優先 Swamiji</div>
<div>18:30 ~ 19:30</div> <div>ベーシックヨガ </div> <div>mai.k</div>			<div>18:30 ~ 19:30</div> <div>ベーシックヨガ </div> <div>Kaoru</div>	<div>18:30 ~ 20:00</div> <div>インドヨガ瞑想 Tomoe</div>	<div>17:00 ~ 20:00</div> <div>サットサンガ </div>	<div>17:00 ~ 18:10</div> <div>アーユルヴェーダバランスヨガ Junko</div>
<div>19:45 ~ 20:30</div> <div>アロマキャンドルヨガ </div> <div>Minami</div>		<div>19:00 ~ 20:10</div> <div>アーユルヴェーダバランスヨガ Tomoe</div>	<div>19:45 ~ 20:30</div> <div>セラピーヨガ </div> <div>MAI</div>		<div>17:00~17:50</div> <div>キルタン・マントラ練習</div> <div>18:00~20:00</div> <div>スワミジの講話 [ドネーション制]</div>	
9		11	12	13	14	15
<div>10:00 ~ 11:10</div> <div>インドヨガ Kumi</div>		<div>8:00 ~ 9:10</div> <div>朝ヨガ Tomoe</div>	<div>10:00 ~ 11:10</div> <div>ベーシックヨガ </div> <div>Kumiko</div>	<div>10:00 ~ 11:10</div> <div>アーユルヴェーダバランスヨガ Tomoko</div>	<div>8:00 ~ 9:10</div> <div>朝ヨガ瞑想 Kumi</div>	<div>8:00 ~ 9:10</div> <div>朝ヨガ Tomoe</div>
<div>14:00 ~ 15:10</div> <div>セラピーヨガ </div> <div>Kumiko</div>		<div>10:00 ~ 11:10</div> <div>ハタヨガ MAI</div>	<div>11:30 ~ 12:30</div> <div>やさしいハタヨガ Ryo</div>	<div>11:30 ~ 12:30</div> <div>ベーシックヨガ </div> <div>mai.k</div>	<div>10:00 ~ 11:10</div> <div>セラピーヨガ </div> <div>Tomoe</div>	<div>10:00 ~ 11:10</div> <div>やさしいハタヨガ Kumiko</div>
<div>18:30 ~ 19:30</div> <div>ベーシックヨガ </div> <div>mai.k</div>		<div>17:00 ~ 18:10</div> <div>ベーシックヨガ </div> <div>Minami</div>	<div>18:30 ~ 19:30</div> <div>ベーシックヨガ </div> <div>Kaoru</div>	<div>18:30 ~ 20:00</div> <div>インドヨガ瞑想 Tomoe</div>	<div>17:00 ~ 18:10</div> <div>ベーシックヨガ </div> <div>MAI</div>	<div>17:00 ~ 18:10</div> <div>アーユルヴェーダバランスヨガ Junko</div>
<div>19:45 ~ 20:30</div> <div>アロマキャンドルヨガ </div> <div>Minami</div>			<div>19:45 ~ 20:30</div> <div>セラピーヨガ </div> <div>MAI</div>			<div>19:00 ~ 翌 6:00</div> <div>マハ シヴァアトリ </div> <div>Swamiji</div>
16		18	19	20	21	22
<div>10:00 ~ 11:10</div> <div>インドヨガ Kumi</div>		<div>10:00 ~ 11:10</div> <div>ハタヨガ MAI</div>	<div>10:00 ~ 11:10</div> <div>ベーシックヨガ </div> <div>Kumiko</div>	<div>10:00 ~ 11:10</div> <div>アーユルヴェーダバランスヨガ Tomoko</div>	<div>8:00 ~ 9:10</div> <div>朝ヨガ瞑想 Kumi</div>	<div>8:00 ~ 9:10</div> <div>朝ヨガ Tomoe</div>
<div>14:00 ~ 15:10</div> <div>セラピーヨガ </div> <div>Kumiko</div>		<div>11:30 ~ 12:30</div> <div>ベーシックヨガ </div> <div>Minami</div>	<div>11:30 ~ 12:30</div> <div>やさしいハタヨガ Ryo</div>	<div>11:30 ~ 12:30</div> <div>ベーシックヨガ </div> <div>mai.k</div>	<div>10:00 ~ 11:10</div> <div>セラピーヨガ </div> <div>Tomoe</div>	<div>10:30 ~ 12:00</div> <div>アートマヨガ </div> <div>優先 Swamiji</div>
<div>18:30 ~ 19:30</div> <div>ベーシックヨガ </div> <div>mai.k</div>			<div>18:30 ~ 19:30</div> <div>ベーシックヨガ </div> <div>Kaoru</div>	<div>18:30 ~ 20:00</div> <div>インドヨガ瞑想 Tomoe</div>	<div>17:00 ~ 20:00</div> <div>サットサンガ </div>	<div>17:00 ~ 18:10</div> <div>アーユルヴェーダバランスヨガ Junko</div>
<div>19:45 ~ 20:30</div> <div>アロマキャンドルヨガ </div> <div>Minami</div>		<div>19:00 ~ 20:10</div> <div>アーユルヴェーダバランスヨガ Tomoe</div>	<div>19:45 ~ 20:30</div> <div>セラピーヨガ </div> <div>MAI</div>		<div>17:00~17:50</div> <div>キルタン・マントラ練習</div> <div>18:00~20:00</div> <div>スワミジの講話 [ドネーション制]</div>	
23		25	26	27	28	
<div>8:00 ~ 9:10</div> <div>朝ヨガ Minami</div>		<div>10:00 ~ 11:10</div> <div>ハタヨガ MAI</div>	<div>10:00 ~ 11:10</div> <div>ベーシックヨガ </div> <div>Kumiko</div>	<div>10:00 ~ 11:10</div> <div>アーユルヴェーダバランスヨガ Tomoko</div>	<div>8:00 ~ 9:10</div> <div>朝ヨガ瞑想 Kumi</div>	
<div>10:00 ~ 11:10</div> <div>インドヨガ Kumi</div>		<div>11:30 ~ 12:30</div> <div>ベーシックヨガ </div> <div>Minami</div>	<div>11:30 ~ 12:30</div> <div>やさしいハタヨガ Ryo</div>	<div>11:30 ~ 12:30</div> <div>ベーシックヨガ </div> <div>mai.k</div>	<div>10:00 ~ 11:10</div> <div>セラピーヨガ </div> <div>Junko</div>	
<div>14:00 ~ 15:10</div> <div>セラピーヨガ </div> <div>Kumiko</div>			<div>18:30 ~ 19:30</div> <div>ベーシックヨガ </div> <div>Kaoru</div>	<div>18:30 ~ 19:30</div> <div>インドヨガ瞑想 Tomoe</div>	<div>17:00 ~ 20:00</div> <div>サットサンガ </div>	
<div>17:00 ~ 18:10</div> <div>ベーシックヨガ </div> <div>mai.k</div>		<div>19:00 ~ 20:10</div> <div>アーユルヴェーダバランスヨガ Tomoe</div>	<div>19:45 ~ 20:30</div> <div>セラピーヨガ </div> <div>MAI</div>		<div>17:00~17:50</div> <div>キルタン・マントラ練習</div> <div>18:00~20:00</div> <div>スワミジの講話 [ドネーション制]</div>	