



2026年  
2月

## YOGA SPAクラススケジュール

※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。



0 25-201-7092

電話受付 9:30~19:00

月	火	水	木	金	土	日
 初めの方にオススメのクラス						
 撮影のあるクラス						
 ドネーション制(寄付制)のクラス						
<b>優先</b> 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。						
<b>2 満月●</b>						
10:00 ~ 11:10 インドヨガ Kumi	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	
	10:00 ~ 11:10 ハタヨガ MAI	10:00 ~ 11:10 ベーシックヨガ Kumiko	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	10:30 ~ 12:00 アートヨガ Swamiji	
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 ~ 20:00 インドヨガ瞑想 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 スマミジの講話 [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 Minami	19:00 ~ 20:10 アーユルヴェーダ・バランスヨガ Tomoe					
<b>9</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	
10:00 ~ 11:10 インドヨガ Kumi	8:00 ~ 9:10 朝ヨガ Tomoe	10:00 ~ 11:10 ベーシックヨガ Kumiko	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	10:00 ~ 11:10 ハタヨガ MAI	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	17:00 ~ 18:10 ベーシックヨガ Minami	18:30 ~ 19:30 ベーシックヨガ Kaoru	18:30 ~ 20:00 インドヨガ瞑想 Tomoe	17:00 ~ 18:10 ベーシックヨガ MAI	17:00 ~ 18:10 アーユルヴェーダ・バランスヨガ Junko	
		19:45 ~ 20:30 セラピーヨガ MAI			19:00 ~ 翌 6:00 マハ・シヴァラトリ Swamiji	
<b>16</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	
10:00 ~ 11:10 インドヨガ Kumi	10:00 ~ 11:10 ハタヨガ MAI	10:00 ~ 11:10 ベーシックヨガ Kumiko	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	10:30 ~ 12:00 アートヨガ Swamiji	
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 ~ 20:00 インドヨガ瞑想 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 スマミジの講話 [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 Minami	19:00 ~ 20:10 アーユルヴェーダ・バランスヨガ Tomoe					
<b>23</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>		
8:00 ~ 9:10 朝ヨガ Minami	10:00 ~ 11:10 ハタヨガ MAI	10:00 ~ 11:10 ベーシックヨガ Kumiko	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 セラピーヨガ Junko	10:30 ~ 12:00 アートヨガ Swamiji	
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 インドヨガ瞑想 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 スマミジの講話 [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	
17:00 ~ 18:10 ベーシックヨガ mai.k	19:00 ~ 20:10 アーユルヴェーダ・バランスヨガ Tomoe	19:45 ~ 20:30 セラピーヨガ MAI				