

2026年
4月



YOGA SPAクラススケジュール

YOGA SPA
yogaspaa
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 10:00 ~ 11:10 ハタヨガ MAI	2 満月● 10:00 ~ 11:10 ベーシックヨガ Kumiko	3 10:00 ~ 11:10 アーユルヴェーダバランスヨガ Tomoko	4 8:00 ~ 9:10 朝ヨガ瞑想 Kumi	5 8:00 ~ 9:10 朝ヨガ Tomoe	
		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 MAI	10:00 ~ 11:10 やさしいハタヨガ Kumiko	
		19:00 ~ 20:10 アーユルヴェーダバランスヨガ MAI	18:30 ~ 19:30 ベーシックヨガ Kaoru	18:30 ~ 20:00 インドヨガ瞑想 MAI	17:00 ~ 18:10 ベーシックヨガ Tomoe	17:00 ~ 18:10 アーユルヴェーダバランスヨガ Junko	
6	火曜 休館日	8 10:00 ~ 11:10 ハタヨガ MAI	9 10:00 ~ 11:10 ベーシックヨガ Tomoe	10 10:00 ~ 11:10 アーユルヴェーダバランスヨガ Tomoko	11 8:00 ~ 9:10 朝ヨガ瞑想 Kumi	12 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 MAI	10:00 ~ 11:10 やさしいハタヨガ Kumiko	
14:00 ~ 15:10 セラピーヨガ Kumiko		18:30 ~ 19:30 ベーシックヨガ 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 ~ 18:10 ベーシックヨガ Tomoe	17:00 ~ 18:10 アーユルヴェーダバランスヨガ Junko	
18:30 ~ 19:30 ベーシックヨガ mai.k		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	19:45 ~ 20:30 セラピーヨガ MAI	19:45 ~ 20:30 メディテーション MAI		
19:45 ~ 20:30 アロマキャンドルヨガ Minami		13	15 10:00 ~ 11:10 ハタヨガ MAI	16 10:00 ~ 11:10 ベーシックヨガ Tomoe	17 10:00 ~ 11:10 アーユルヴェーダバランスヨガ Tomoko	18 8:00 ~ 9:10 朝ヨガ瞑想 Kumi	19 8:00 ~ 9:10 朝ヨガ Tomoe
10:00 ~ 11:10 インドヨガ Kumi		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 Kumiko	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 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	18:30 ~ 19:30 インドヨガ Tomoe	17:00 ~ 18:10 ベーシックヨガ Tomoe	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	19:45 ~ 20:30 セラピーヨガ MAI				
20		22	23 新月○	24	25	26	
10:00 ~ 11:10 インドヨガ Kumi		10:00 ~ 11:10 ハタヨガ Minami	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 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 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		19:00 ~ 20:10 アーユルヴェーダバランスヨガ Tomoe	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]	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	27	29	30	優先			
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 Tomoe	10:00 ~ 11:10 ベーシックヨガ Tomoe	初めてのの方にオススメのクラス		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9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 お願いします。	
14:00 ~ 15:10 セラピーヨガ Kumiko	10:00 ~ 11:10 ハタヨガ Minami	11:30 ~ 12:30 やさしいハタヨガ Ryo	11:30 ~ 12:30 やさしいハタヨガ Ryo	撮影のあるクラス			
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 ~ 19:30 ベーシックヨガ Kaoru	ドネーション制(寄付制)のクラス			
19:45 ~ 20:30 アロマキャンドルヨガ Minami		19:45 ~ 20:30 セラピーヨガ mai.k	19:45 ~ 20:30 セラピーヨガ mai.k	優先			
				予約の方優先。予約してなくても 空きがあれば参加可能です。			
				Moonスタジオで行うクラス			