

2015年8月 ヨガスケジュール変更と休講

YOGA SPA yogayuH

月	火	水	木	金	土	日
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13 19:30~20:30クラス休講	14	15	16
17	18	19	20	21 18:30~代謝アップ→ハタ 変更	22	23
24	25	26	27	28	29 19:30~21:00クラス休講	30
31						

Nagaoka 長岡クラス

開講/休講日	8/3	8/10	8/17	8/24	8/31
サンライフ長岡 13:45-15:00	休	休	○	○	○
安善寺 18:45-20:00	休	○	○	○	○

Shibata 新発田クラス

開講/休講日	8/4	8/11	8/18	8/25	8/31
宝光寺 10:30-12:00	○	○	○	○	○