

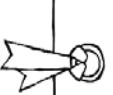


2018

6
June

Lesson schedule

TEL:027-257-3940
Mail:info@sharanam-yoga.jp

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
					1	2
 ** 今月のアロマ ** •ラベンダー •ゼラニウム •フランキンセンス •マンダリン	~ SHARANAM INFO ~ * シャラナムヨガは未就園児までのお子様連れの方や妊婦の方が入れるレッスンです * 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のでご了承下さい * 今月からレッスンの時間が変更になりましたのでご確認の上、ご予約をお願い致します。					
3	4	5	6	7	8	9
定休日	10:00～ 11:10 骨盤調整 saori	10:00～ 11:10 ベーシック saori	10:00～ 11:10 アロマリラックス masami	10:00～ 11:10 ラジヨガ miki	10:00～ 11:10 アジャストヨガ megumi	10:00～ 11:10 ベーシック megumi
定休日	11:30～ 12:40 ベーシック saori	11:30～ 12:40 ピラティス saori	11:30～ 12:40 ベーシック masami	11:30～ 12:40 アロマリラックス yoko	11:30～ 12:40 ベーシック yoko	11:30～ 12:40 ベーシック megumi
定休日	13:15～ 14:25 アロマリラックス yoko	13:15～ 14:45 無料体験シャラナム tomoko	13:15～ 14:45 シャラナムヨガ tomoko	13:15～ 14:25 ベーシック yoko	13:15～ 14:25 ベーシック yoko	13:15～ 14:25 ゆったりフロー saori
定休日	18:00～ 19:10 フローヨガ megumi	18:00～ 19:10 アロマリラックス megumi	18:00～ 19:10 きれいになるヨガ naoko	18:00～ 19:10 筋膜リリースヨガ miho	14:45～ 15:55 アロマリラックス miho	14:45～ 15:55 アロマリラックス miho
定休日	19:30～ 20:40 ピラティス saori	19:30～ 20:40 アジャストヨガ megumi	19:30～ 20:40 経絡ヨガ naoko	19:30～ 20:40 アナトミック骨盤® saori	16:15～ 17:25 無料体験 miho	16:15～ 17:25 無料体験 miho
10	11	12	13	14	15	16
定休日	10:00～ 11:10 筋膜リリースヨガ miho	10:00～ 11:10 はじめてのヨガ saori	10:00～ 11:10 ベーシック miki	10:00～ 11:10 フローヨガ masami	10:00～ 11:10 アロマリラックス miki	10:00～ 11:10 ベーシック megumi
定休日	11:30～ 12:40 アナトミック骨盤® saori	11:30～ 12:40 ピラティス saori	11:30～ 12:40 骨盤調整 saori	11:30～ 12:40 陰ヨガ masami	11:30～ 12:40 ベーシック saori	11:30～ 12:40 フローヨガ megumi
定休日	13:15～ 14:25 アロマリラックス mika	13:15～ 14:25 ベーシック yoko	13:15～ 14:45 シャラナムヨガ tomoko	13:15～ 14:25 ベーシック saori	13:15～ 14:45 シャラナムヨガ tomoko	13:15～ 14:25 アロマリラックス saori
定休日	14:45～ 15:55 ベーシック mika	18:00～ 19:10 アロマリラックス megumi	18:00～ 19:10 フローヨガ megumi	18:00～ 19:10 経絡ヨガ naoko	18:00～ 19:10 はじめてのヨガ miho	14:45～ 15:55 ピラティス saori
定休日	16:15～ 17:25 きれいになるヨガ naoko	19:30～ 20:40 アジャストヨガ megumi	19:30～ 20:40 アロマリラックス megumi	19:30～ 20:40 ●新月ヨガ naoko	19:30～ 20:40 筋膜リリースヨガ miho	16:15～ 17:25 無料体験 miho
17	18	19	20	21	22	23
定休日	10:00～ 11:10 ゆったりフロー saori	10:00～ 11:10 ラジヨガ miki	10:00～ 11:10 陰ヨガ masami	10:00～ 11:10 ラジヨガ miki	10:00～ 11:10 アロマリラックス megumi	10:00～ 11:10 アロマリラックス megumi
定休日	11:30～ 12:40 ベーシック saori	11:30～ 12:40 アロマリラックス miki	11:30～ 12:40 フローヨガ masami	11:30～ 12:40 アロマリラックス yoko	11:30～ 12:40 アロマリラックス yoko	11:30～ 12:40 アジャストヨガ megumi
定休日	13:15～ 14:25 アロマリラックス yoko	13:15～ 14:45 無料体験シャラナム tomoko	13:15～ 14:45 シャラナムヨガ tomoko	13:15～ 14:25 ベーシック yoko	13:15～ 14:25 ベーシック yoko	13:15～ 14:25 骨盤調整 saori
定休日	18:00～ 19:10 はじめてのヨガ mika	18:00～ 19:10 アジャストヨガ megumi	18:00～ 19:10 ベーシック naoko	18:00～ 19:10 ゆったりフロー saori	14:45～ 15:55 筋膜リリースヨガ miho	14:45～ 15:55 筋膜リリースヨガ miho
定休日	19:30～ 20:40 アナトミック骨盤® saori	19:30～ 20:40 ベーシック megumi	19:30～ 20:40 きれいになるヨガ naoko	19:30～ 20:40 はじめてのヨガ miho	16:15～ 17:25 無料体験 miho	16:15～ 17:25 無料体験 miho
24	25	26	27	28	29	30
定休日	10:00～ 11:10 筋膜リリースヨガ miho	10:00～ 11:10 アロマリラックス mika	10:00～ 11:10 はじめてのヨガ miki	10:00～ 11:10 ベーシック masami	10:00～ 11:10 ラジヨガ miki	10:00～ 11:10 フローヨガ megumi
定休日	11:30～ 12:40 フローヨガ megumi	11:30～ 12:40 ベーシック saori	11:30～ 12:40 ゆったりフロー saori	11:30～ 12:40 陰ヨガ masami	11:30～ 12:40 ベーシック saori	11:30～ 12:40 アロマリラックス megumi
定休日	13:15～ 14:25 ベーシック saori	13:15～ 14:25 はじめてのヨガ yoko	13:15～ 14:45 シャラナムヨガ tomoko	13:15～ 14:25 骨盤調整 saori	13:15～ 14:45 シャラナムヨガ tomoko	13:15～ 14:25 アナトミック骨盤® saori
定休日	14:45～ 15:55 アロマリラックス mika	18:00～ 19:10 アジャストヨガ megumi	18:00～ 19:10 アロマリラックス megumi	18:00～ 19:10 きれいになるヨガ naoko	18:00～ 19:10 はじめてのヨガ miho	14:45～ 15:55 ピラティス saori
定休日	16:15～ 17:25 経絡ヨガ naoko	19:30～ 20:40 フローヨガ megumi	19:30～ 20:40 アジャストヨガ megumi	19:30～ 20:40 ○満月ヨガ naoko	19:30～ 20:40 アロマリラックス miho	16:15～ 17:25 無料体験 miho