

2020

6  
June

# Lesson Schedule



TEL:027-257-3940

Mail:info@sharanam-yoga.jp

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
	1	2	3	4	5	6
<b>** 今月のアロマ **</b> -ユーカリ -ジュニパー -ゼラニウム -グレープフルーツ	10:30 ~ 11:30 肩甲骨ヨガ® saori  15:00 ~ 16:00 ★ベーシック saori	10:30 ~ 11:30 ★ベーシック miki  15:00 ~ 16:00 アロマリラックス saori  19:00 ~ 20:00 ★ヴィンヤサフロー masami	定休日	10:30 ~ 11:30 ヴィンヤサフロー masami  15:00 ~ 16:00 筋膜リリース miho  19:00 ~ 20:00 ★ベーシック marie	10:30 ~ 11:30 ★リラックス yoko  15:00 ~ 16:00 ピラティス saori  19:00 ~ 20:00 呼吸とヨガ eriko	10:30 ~ 11:30 ベーシック satoru  14:00 ~ 15:00 ★経絡ヨガ masami  16:00 ~ 17:00 アロマリラックス saori
7	8	9	10	11	12	13
	10:30 ~ 11:30 ★ベーシック saori	10:30 ~ 11:30 アロマリラックス miki	定休日	10:30 ~ 11:30 ★ベーシック masami  15:00 ~ 16:00 肩甲骨ヨガ® saori  19:00 ~ 20:00 アロマリラックス marie	10:30 ~ 11:30 フローヨガ yoko  15:00 ~ 16:00 ★リラックス saori  19:00 ~ 20:00 ★ベーシック yoko	10:30 ~ 11:30 ★リラックス yoko  14:00 ~ 15:00 アнатミック骨盤® saori  16:00 ~ 17:00 フローヨガ miho
14	15	16	17	18	19	20
10:30 ~ 11:30 ベーシック yukiko  14:00 ~ 15:00 ★経絡ヨガ masami  16:00 ~ 17:00 ヴィンヤサフロー masami	10:30 ~ 11:30 Bhakti Flow saori  15:00 ~ 16:00 ★ベーシック asako  19:00 ~ 20:00 ★骨盤底筋 miki	10:30 ~ 11:30 ★ベーシック miki  15:00 ~ 16:00 ピラティス saori  19:00 ~ 20:00 ヴィンヤサフロー masami	定休日	10:30 ~ 11:30 経絡ヨガ masami  15:00 ~ 16:00 フローヨガ miho  19:00 ~ 20:00 ★ベーシック marie  19:00 ~ 20:00 骨盤調整ヨガ saori	10:30 ~ 11:30 ★リラックス yoko  12:00 ~ 13:00 フローヨガ yoko  15:00 ~ 16:00 ベーシック saori  19:00 ~ 20:00 呼吸とヨガ eriko	10:30 ~ 11:30 アロマリラックス satoru  12:30 ~ 13:30 ベーシック satoru  14:00 ~ 15:00 ★ヴィンヤサフロー masami  16:00 ~ 17:00 肩甲骨ヨガ® saori
21	22	23	24	25	26	27
	10:30 ~ 11:30 ★ベーシック saori  12:00 ~ 13:00 アロマリラックス saori  15:00 ~ 16:00 筋膜リリース miho	10:30 ~ 11:30 骨盤底筋 miki  15:00 ~ 16:00 ★ベーシック saori  19:00 ~ 20:00 アнатミック骨盤® saori	定休日	10:30 ~ 11:30 ★リラックス masami  12:00 ~ 13:00 ヴィンヤサフロー masami  15:00 ~ 16:00 ピラティス saori  19:00 ~ 20:00 リンパマッサージ marie	10:30 ~ 11:30 feeling yoga yoko  15:00 ~ 16:00 ★リラックス saori  19:00 ~ 20:00 ★フローヨガ yoko  19:00 ~ 20:00 呼吸とヨガ eriko	10:30 ~ 11:30 ★フローヨガ yoko  14:00 ~ 15:00 ★ベーシック saori  16:00 ~ 17:00 筋膜リリース miho
28	29	30		<b>～ SHARANAM INFO ～</b>		
10:30 ~ 11:30 アロマリラックス yukiko  12:30 ~ 13:30 肩甲骨ヨガ® saori  14:00 ~ 15:00 ★ヴィンヤサフロー masami  16:00 ~ 17:00 ベーシック masami	10:30 ~ 11:30 骨盤調整ヨガ saori  15:00 ~ 16:00 ★ベーシック asako  19:00 ~ 20:00 ★リラックス miki	10:30 ~ 11:30 ★フローヨガ miki  12:00 ~ 13:00 ベーシック miki  15:00 ~ 16:00 アロマリラックス saori  19:00 ~ 20:00 Bodymake yoga masami		* 6月の予定はスタジオレッスンとzoomオンラインを合わせた変動スケジュールで行います * レッスンの開始時間に注意して下さい * ★印はオンラインです		

予約QRコード

