

10

- 今月のアロマ -

・ゼラニウム      ・ティーツリー  
・クラリセージ    ・パルマローザ

## LESSON SCHEDULE



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

2025

SUNDAY	MONDAY	TUESDAY	WED	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY
\ SHARANAM INFO /  <input type="checkbox"/> レッソンの開始時間にご注意ください <input type="checkbox"/> レッスン内容・担当インストラクターは予告なく変更する場合がございますのでご了承ください  <input type="checkbox"/> wheel yoga・FRPの定員は5名様です <input type="checkbox"/> woman's healthは女性限定クラスです			<b>1</b>  定休日	<b>2</b> 10:00~ フローヨガ sayaka 11:00~ 11:30~ ベーシック sayaka 12:30  18:00~ ベーシック maru 19:00~ アロマリラックス maru 20:30	<b>3</b> 10:00~ ベーシック aya 11:00~ 11:30~ FRPビギナー nao 12:30  18:00~ ほぐしヨガ satoru 19:00~ ベーシック satoru 20:30	<b>4</b>  養成講座 10:30-17:30  18:00~ Flow Music Yoga saori 19:00
<b>5</b>  定休日	<b>6</b> 10:00~ ベーシック moeju 11:00~ 11:30~ 腸活ヨガ moeju 12:30  15:00~ フローヨガ sayaka 16:00	<b>7</b> 10:00~ アロマリラックス mikiko 11:00~ 11:30~ ベーシック mikiko 12:30  18:00~ ベーシック sayaka 19:00~ フローヨガ sayaka 20:30	<b>8</b>  定休日	<b>9</b> 10:00~ ベーシック sayaka 11:00~ 11:30~ アロマリラックス sayaka 12:30  18:00~ アロマリラックス maru 19:00~ Ayurveda yoga maru 20:30	<b>10</b> 10:30~ wheel yoga saori 11:30  18:00~ FRP姿勢 satoru 19:00~ アロマリラックス satoru 20:30	<b>11</b>  Bhakti Flow研修 10:30-17:30
<b>12</b>  Bhakti Flow研修 10:30-17:30  18:30~ specialc WS (有料) 19:45 Night Healing yoga Mao	<b>13</b>  Bhakti Flow研修 10:30-17:30	<b>14</b> 10:00~ フローヨガ mikiko 11:00~ 11:30~ アロマリラックス mikiko 12:30  18:00~ Ayurveda yoga maru 19:00~ ベーシック maru 20:30	<b>15</b>  定休日	<b>16</b> 10:00~ アロマリラックス sayaka 11:00~ 11:30~ ベーシック sayaka 12:30  15:00~ 肩甲骨ヨガ® saori 16:00 18:00~ ベーシック maru 19:00~ アロマリラックス maru 20:30	<b>17</b> 10:00~ ベーシック saori 11:00~ 11:30~ Flow Music Yoga saori 12:30  18:00~ アロマリラックス satoru 19:00~ ほぐしヨガ satoru 20:30	<b>18</b>  養成講座 10:30-17:30  18:00~ アロマリラックス satoru 19:00
<b>19</b> 9:30~ 朝yoga saori 10:30~ 11:00~ アナトミック骨盤® saori 12:00  14:30~ ベーシック mikiko 15:30~ 16:00~ アロマリラックス mikiko 17:00	<b>20</b> 10:00~ 腸活ヨガ moeju 11:00~ 11:30~ ベーシック moeju 12:30  15:00~ アロマリラックス aya 16:00~ 18:30~ パワーヨガ nao 19:30	<b>21</b> 10:00~ Healing Aroma saori 11:00~ 11:30~ 肩甲骨ヨガ® saori 12:30  18:00~ ベーシック sayaka 19:00~ アロマリラックス sayaka 20:30	<b>22</b>  定休日	<b>23</b> 10:00~ ベーシック sayaka 11:00~ 11:30~ アロマリラックス sayaka 12:30  18:00~ フローヨガ maru 19:00~ Ayurveda yoga maru 20:30	<b>24</b> 10:30~ woman's health saori 11:40~ ~ゆらぎに寄り添う~ (女性限定)  18:00~ 肩甲骨ヨガ® saori 19:00~ 音浴30min saori 19:45	<b>25</b>  養成講座 10:30-17:30
<b>26</b> 10:00~ ベーシック sayaka 11:00~ 11:30~ フローヨガ sayaka 12:30  14:30~ ピラティス saori 15:30~ 16:00~ Flow Music Yoga saori 17:00	<b>27</b> 10:00~ アロマリラックス moeju 11:00~ 11:30~ 骨盤調整ヨガ moeju 12:30  15:00~ ベーシック aya 16:00~ 18:30~ FRPコアトレ nao 19:30	<b>28</b> 10:00~ ベーシック mikiko 11:00~ 11:30~ アロマリラックス mikiko 12:30  18:00~ ベーシック sayaka 19:00~ アロマリラックス sayaka 20:30	<b>29</b>  定休日	<b>30</b> 10:00~ フローヨガ sayaka 11:00~ 11:30~ ベーシック sayaka 12:30  15:00~ wheel yoga saori 16:00~ 18:00~ アロマリラックス maru 19:00~ 19:30~ ベーシック maru 20:30	<b>31</b> 10:00~ Healing Aroma saori 11:00~ 11:30~ FRPビギナー nao 12:30  18:30~ woman's health saori 19:40~ ~ゆらぎに寄り添う~ (女性限定)	