

背骨ヨガ.com YクラスZOOMオンライン 2021.03 Schedule

月	火	水	木	金	土	日
1	2	3	4	5	6	7
	09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス[Z] 10:00-11:00 美脚美尻骨盤ヨガ Basic[Z]	10:00-11:00 月経血ヨガ[Z]	10:00-11:00 美脚美尻骨盤ヨガ Basic[Z] 10:30-11:45 美脚美尻骨盤ヨガ ヨガセラピー[Z] ※要ポルスター	09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス[Z] 10:00-11:00 月経血ヨガ[Z]	09:30-10:45 月経血フローヨガ[Z] 10:00-10:30 プラーナ瞑想 無料クラス[CZ]	08:00-09:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[Z] 10:00-11:00 美脚美尻骨盤ヨガ basic[Z]
	19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[Z]	19:15-20:25 アシュタンガヨガ ハーフプライマリー[Z]	19:10-20:10 美脚美尻骨盤ヨガ オリジナル[Z]	19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[Z]		
8	9	10	11	12	13	14
09:00-10:00 美脚美尻骨盤ヨガ[Z] 15:30-16:30 月経血ヨガ[Z]	09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス[Z]	10:00-11:00 月経血ヨガ[Z]	10:30-11:45 美脚美尻骨盤ヨガ ヨガセラピー[Z]	09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス[Z]		08:00-09:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[Z] 10:00-11:00 美脚美尻骨盤ヨガ basic[Z]
19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[Z]	19:15-20:25 アシュタンガヨガ ハーフプライマリー[Z]	19:10-20:10 美脚美尻骨盤ヨガ オリジナル[Z]	19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[Z]			
15	16	17	18	19	20	21
	09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス[Z]		10:30-11:45 美脚美尻骨盤ヨガ ヨガセラピー[Z] ※要ポルスター	09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス[Z]		11:15-11:35 プラーナ瞑想 無料クラス[Z]
19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[Z]	19:15-20:25 アシュタンガヨガ ハーフプライマリー[Z]	19:10-20:10 美脚美尻骨盤ヨガ オリジナル[Z]	19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[Z]			
22	23	24	25	26	27	28
	09:00-10:10 アシュタンガヨガ ハーフプライマリー[Z] 19:15-20:25 アシュタンガヨガ ハーフプライマリー[Z]		10:00-10:45 きれいになるヨガ[Z] 19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[Z]	09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス[Z]	09:30-10:45 月経血フローヨガ[Z] 11:00-11:30 プラーナ瞑想 無料[Z]	08:45-10:30 アシュタンガヨガ マイソールクラス[Z] 10:45-11:45 美脚美尻骨盤ヨガ[Z]
		19:15-20:00 きれいになるヨガ[Z]				
29	30	31				
	09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス[Z]					
19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[Z]	19:15-20:25 アシュタンガヨガ ハーフプライマリー[Z]	19:10-20:10 美脚美尻骨盤ヨガ オリジナル[Z]				

03月スペシャルキャンペーン

①YクラスZOOMフリー 5,980 円 → 上記クラス受け放題  
 ②YクラスZOOM10 3,980 円 → 上記クラス10回チケット  
 ③YクラスZOOM01 1,500 円 → 上記クラス01回チケット  
 ※入会金不要  
 ※ZOOMクラスはネット環境に左右されます。突然の休講等を同意の上お申込み下さい。  
 ※プラーナ瞑想クラスは無料ですので、ご自由にご参加ください。

背骨ヨガ.com  
<http://seboneyoga.com/index.html>

予約メールフォーム



講師:YUKI/湊有紀

講師:YOJI/湊洋二