

背骨ヨガ.com YクラスZOOMオンライン 2021.04 Schedule

月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4
			10:30-11:45 美脚美尻骨盤ヨガセラピー[Z] ※要ボルスター	09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス[Z]	08:00-08:45 やってみよう アシュタンガヨガ[Z]	08:00-09:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[CZ] 10:00-11:15 パワーヨガ[CZ]
			19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[Z]			
5	6	7	8	9	10	11
10:00-11:00 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]		08:00-09:00 月経血ヨガ[Z] 10:30-11:45 美脚美尻骨盤ヨガ セラピー[Z] ※要ボルスター	09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス[Z]	12:00-13:00 月経血ヨガ[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] 19:30-20:00 月経血ヨガ太陽礼拝[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]			
12	13	14	15	16	17	18
	09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス[Z]	10:00-11:15 月経血フローヨガ[Z] 祝) 満員御礼 20:00-21:10 品川シーズンテラス オンラインヨガ 美脚美尻骨盤ヨガ[Z]	08:00-09:00 月経血ヨガ[Z] 10:30-11:45 美脚美尻骨盤ヨガ セラピー[C] ※要ボルスター 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]		08:00-09:10 アシュタンガヨガ ハーフレッド[Z] 09:25-09:45 プラーナ瞑想[Z] 10:00-11:00 アシュタンガヨガ 基礎[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	20	21	22	23	24	25
	09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス[Z]	06:00-06:45 キレイになるヨガ[Z]		09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス[Z]	12:00-13:15 キレイになるヨガ[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]
19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[Z] 20:00-20:30 月経血ヨガ太陽礼拝[Z]	18:30-19:30 美脚美尻骨盤ヨガ オリジナル[Z] 21:00-21:30 月乃ヨガ[Z]	19:15-20:00 きれいなになるヨガ[Z]				
26	27	28	29	30	1	2
	09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス[CZ]		09:30-10:30 美脚美尻骨盤ヨガ ディープフロー[Z] 11:00-12:00 月経血フローヨガ ベーシック[Z]	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] 20:00-20:30 月経血ヨガ太陽礼拝[Z]	19:15-20:25 アシュタンガヨガ ハーフプライマリー[Z] 21:00-21:30 月乃ヨガ[Z]	19:10-20:10 美脚美尻骨盤ヨガ[CZ]				

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