

背骨ヨガ.com YクラスZOOMオンライン 2021.05 Schedule

月	火	水	木	金	土	日	
05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 ※入金会金不要 ※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。 ※プレ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。						1	2
3	4	5	6	7	8	9	
GW休講日	09:00-10:00 美脚美尻骨盤ヨガ[Z]	09:00-10:00 美脚美尻骨盤ヨガ[Z]	11:00-12:00 月経血ヨガ[Z]	09:30-10:30 アシュタンガ入門[CZ] 09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス[CZ]	09:30-10:15 アシュタンガヨガ 基礎[Z]	08:00-09:00 アシュタンガ入門[Z] 08:00-09:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[Z] 12:00-13:00 美脚美尻骨盤ヨガ[Z]	
10	11	12	13	14	15	16	
08:00-09:00 月経血ヨガ[Z] 19:15-20:15 アシュタンガ入門[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]	09:30-10:30 アシュタンガ入門[Z] 09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス[Z] 19:15-20:25 アシュタンガヨガ ハーブプライマリー[Z] 21:00-21:30 きれいになるヨガ[Z]	09:30-10:30 パワーヨガ[Z] 19:10-20:10 美脚美尻骨盤ヨガ[Z]	10:30-11:45 美脚美尻骨盤ヨガ ヨガセラピー[Z] ※要ポスター 19:15-20:15 アシュタンガ入門[Z] 19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[Z]	09:30-10:30 アシュタンガ入門[Z] 09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス[Z]	11:00-12:15 パワーヨガ[Z]	08:00-09:00 アシュタンガ入門[Z] 08:00-09:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[Z] 10:00-11:15 月経血フローヨガ[Z]	
17	18	19	20	21	22	23	
19:15-20:15 アシュタンガ入門[Z] 19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[Z] 19:30-20:30 月経血ヨガ[Z]	09:30-10:30 アシュタンガ入門[Z] 09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス[Z] 11:00-12:00 月経血ヨガ[Z] 19:10-20:10 美脚美尻骨盤ヨガ[Z]	21:00-21:30 月経血ヨガ 太陽礼拝[Z]		06:00-06:30 背骨ヨガ[Z]	06:30-07:30 美脚美尻骨盤ヨガ ベーシック[Z]	10:00-10:45 美脚美尻骨盤ヨガ 背骨と呼吸[Z]	
24	25	26	27	28	29	30	
06:00-06:30 背骨ヨガ[Z]	06:00-06:30 背骨ヨガ[Z] 19:15-20:25 アシュタンガヨガ ハーブプライマリー[Z]		10:30-11:45 美脚美尻骨盤ヨガ ヨガセラピー[Z] ※要ポスター 19:15-20:15 アシュタンガ入門[Z] 19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[Z]	09:30-10:30 アシュタンガ入門[Z] 09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス[Z] 19:10-20:10 美脚美尻骨盤ヨガ[Z]	09:30-10:15 アシュタンガヨガ 基礎[Z]	08:00-09:00 アシュタンガ入門[Z] 08:00-09:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[Z] 10:00-10:45 美脚美尻骨盤ヨガ 太陽礼拝[Z]	
31	1	2	3	少人数完全予約制です。お電話またはメールでご予約お願いします。 背骨ヨガ.com http://seboneyoga.com/index.html 予約メールフォーム  Facebook 始めました★ “いいね!”お待ちしております♪ 			
08:00-09:00 月経血ヨガ[Z] 19:15-20:16 アシュタンガ入門[Z] 19:15-20:46 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]	09:30-10:30 アシュタンガ入門[C] 09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス[CZ] 19:15-20:25 アシュタンガヨガ ハーブプライマリー[CZ]	10:00-11:15 月経血フローヨガ[CZ] 19:10-20:10 美脚美尻骨盤ヨガ[CZ]	10:30-11:45 美脚美尻骨盤ヨガ ヨガセラピー[CZ] 19:15-20:15 アシュタンガ入門[C] 19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス[CZ]				
講師:YUKI/湊有紀		講師:YOJI/湊洋二					