

背骨ヨガ.com YクラスZOOMオンライン 2021.09 Schedule

月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5
			09:00-10:00 月経血ヨガ 10:30-11:45 美脚美尻骨盤ヨガ ヨガセラピー 19:15-20:15 アシュタンガ入門 19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス 19:10-20:10 美脚美尻骨盤ヨガ	09:30-10:30 アシュタンガ入門 09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス 19:00-20:00 美脚美尻骨盤ヨガ ストレッチ	09:30-10:30 美脚美尻骨盤ヨガ ワンレッグフロー	08:00-09:00 アシュタンガ入門 08:00-09:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス 10:00-11:00 美脚美尻骨盤ヨガ ワンレッグフロー
6	7	8	9	10	11	12
06:00-06:30 アシュタンガヨガ 19:15-20:15 アシュタンガ入門 19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス 20:00-20:30 月経血ヨガ-太陽-	09:30-10:30 アシュタンガ入門 09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス 19:15-20:25 アシュタンガヨガ ハーフプライマリー	19:10-20:10 美脚美尻骨盤ヨガ	10:30-11:45 美脚美尻骨盤ヨガ ヨガセラピー 19:15-20:15 アシュタンガ入門 19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス	09:30-10:30 アシュタンガ入門 09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス 19:00-20:00 美脚美尻骨盤ヨガ ゆったりストレッチ	08:00-09:00 アシュタンガ入門 08:00-09:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス 10:00-11:00 美脚美尻骨盤ヨガ 後屈フロー	08:00-09:00 アシュタンガ入門 08:00-09:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス
13	14	15	16	17	18	19
08:00-09:00 月経血ヨガ 20:00-20:30 月経血ヨガ-太陽-	19:15-20:25 アシュタンガヨガ ハーフプライマリー	09:00-10:00 パワーヨガ	19:10-20:25 月経血フローヨガ	09:30-10:30 アシュタンガ入門 09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス 19:00-20:00 美脚美尻骨盤ヨガ ゆったりストレッチ	09:00-10:00 パワーヨガ	08:00-09:00 アシュタンガ入門 08:00-09:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス 10:00-11:00 美脚美尻骨盤ヨガ ベアシック
20	21	22	23	24	25	26
08:00-09:00 月経血ヨガ 09:00-10:10 アシュタンガヨガ ハーフレッドクラス 09:00-10:40 アシュタンガヨガ フルレッドクラス	09:30-10:30 アシュタンガ入門 09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス 19:15-20:25 アシュタンガヨガ ハーフプライマリー	08:00-09:00 月経血フローヨガ 19:10-20:10 美脚美尻骨盤ヨガ	08:00-09:00 アシュタンガ入門 08:00-09:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス 10:00-11:00 美脚美尻骨盤ヨガ セラピーストレッチ	09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス 19:00-20:00 美脚美尻骨盤ヨガ ゆったりストレッチ		10:00-11:00 美脚美尻骨盤ヨガ ファンデーション
27	28	29	30	1	2	3
08:00-09:00 月経血ヨガ 19:15-20:15 アシュタンガ入門 19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス 20:00-20:30 月経血ヨガ[Z]	09:30-10:30 アシュタンガ入門 09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス 19:15-20:25 アシュタンガヨガ ハーフプライマリー	19:10-20:10 美脚美尻骨盤ヨガ	10:30-11:45 美脚美尻骨盤ヨガ ヨガセラピー 19:15-20:15 アシュタンガ入門 19:15-20:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス	09:30-10:30 アシュタンガ入門 09:30-11:15 アシュタンガヨガ マイソールクラス	???	???

09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。

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



YUKI

YOJI

MINAKO

MARIKO

ASUMI

KYOCO