

背骨ヨガ.com YクラスZOOMオンライン 2021.10 Schedule

月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3
				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	06:00-06:30 朝の背骨ヨガ 09:00-11:00 アシュタンガ入門 09:00-11:00 アシュタンガヨガ マイソールクラス 11:15-12:15 美脚美尻骨盤ヨガ	
4	5	6	7	8	9	10
06:00-06:30 アシュタンガヨガ	06:00-06:30 朝の背骨ヨガ	07:00-08:00 月経血ヨガ		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 19:15-20:15 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	09:00-10:00 月経血フローヨガ	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 ファンデーション
11	12	13	14	15	16	17
08:00-09:00 月経血ヨガ	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 19:15-20:15 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		10:30-11:45 美脚美尻骨盤ヨガ ヨガセラピー ※要ボルスター 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	09:00-10:00 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 ベーシック
18	19	20	21	22	23	24
07:30-08:00 アシュタンガ基礎	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 19:15-20:15 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]		10:30-11:45 美脚美尻骨盤ヨガ ヨガセラピー ※要ボルスター 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		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 オリジナル
25	26	27	28	29	30	31
08:00-09:00 月経血ヨガ	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 19:15-20:15 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	10:00-11:15 月経血フローヨガ	10:30-11:45 美脚美尻骨盤ヨガ ヨガセラピー ※要ボルスター 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	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 11:30-17:30 アシュタンガヨーガ 18時間TTC

10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をお願いします。

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