



背骨ヨガ.com YクラスZOOMオンライン 2022.01 Schedule

月	火	水	木	金	土	日
					1	2
					07:30-08:30 初骨ヨガ 元旦スペシャル 08:45-10:45 元旦アシュタンガヨガ マイソールクラス	
3	4	5	6	7	8	9
	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 19:10-20:10 美脚美尻骨盤ヨガ	19:15-20:25 アシュタンガヨガ ハーフプライマリー 20:00-20:40 パワーヨガ	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 20:00-20:40 美脚美尻骨盤ヨガ	09:00-10:15 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 前屈フロー
10	11	12	13	14	15	16
	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 19:10-20:10 美脚美尻骨盤ヨガ	19:15-20:25 アシュタンガヨガ ハーフプライマリー 20:00-20:40 パワーヨガ	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 20:00-20:40 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 ベーシック
17	18	19	20	21	22	23
	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	19:15-20:25 アシュタンガヨガ ハーフプライマリー 20:00-20:40 パワーヨガ	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 20:00-20:40 美脚美尻骨盤ヨガ	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
24	25	26	27	28	29	30
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	19:15-20:25 アシュタンガヨガ ハーフプライマリー 20:00-20:40 パワーヨガ	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 19:30-20:30 美脚美尻骨盤ヨガ	09:00-10:00 パワーヨガ	13:00-14:00 アシュタンガ入門 13:00-15:00 アシュタンガヨガ マイソールクラス 15:15-16:15 美脚美尻骨盤ヨガ オリジナル
31				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!”お待ちしています♪ 		
YUKI	YOJI	MINAKO	MARIKO	ASUMI	KYOCO	