


背骨ヨガ.com YクラスZOOMオンライン 2022.10 Schedule

月	火	水	木	金	土	日
Y(湊洋二&有紀)クラスZOOMオンライン ① Yクラスドロップイン 1,500- ② Yクラス10回 3,980- ③ Yクラスフリー 5,980-					1 06:00-06:30 朝骨ヨガ	2 04:00-04:30 プラーナーヤーマ瞑想 04:30-06:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス
					18:00-19:00 サンセットヨガ	
3 04:00-04:30 プラーナーヤーマ瞑想 04:30-06:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス 21:30-22:00 the Yogi インスタLIVE	4 06:00-06:30 朝骨ヨガ	5 06:00-06:30 朝骨ヨガ	6 06:00-06:30 朝骨ヨガ 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	7 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 20:10-20:50 美脚美尻骨盤ヨガ	8	9 08:00-09:00 アシュタンガ入門 08:00-09:50 アシュタンガヨガ マイソールクラス
10 09:00-10:00 月経血ヨガ	11 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	12 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	13 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	14 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 20:10-20:50 美脚美尻骨盤ヨガ	15 09:00-10:15 パワーヨガ	16 08:00-09:00 アシュタンガ入門 08:00-09:50 アシュタンガヨガ マイソールクラス 09:55-10:55 美脚美尻骨盤ヨガ オリジナル
17 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 20:15-20:45 月経血ヨガ	18 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 19:15-20:25 アシュタンガヨガ ハーフプライマリー	20 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	21 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 20:10-20:50 美脚美尻骨盤ヨガ	22	23 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
24 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 20:15-20:45 月経血ヨガ	25 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[SZ]	26 19:15-20:25 アシュタンガヨガ ハーフプライマリー	27 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	28 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	29 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 10:00-11:00 アシュタンガヨガ スタンディング	30 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
31 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 20:15-20:45 月経血ヨガ YUKI	YOJI				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♪ 