

背骨ヨガ.com Yオンラインクラス 2022.11 Schedule

月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4	5	6
	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 オリジナル		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 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 20:10-20:50 美脚美尻骨盤ヨガ[Z]	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	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
7	8	9	10	11	12	13
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	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 オリジナル		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	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 10:00-11:00 美脚美尻骨盤ヨガ 後屈	
14	15	16	17	18	19	20
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	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		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 20:10-20:50 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 後屈
21	22	23	24	25	26	27
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	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 オリジナル	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	10:30-11:45 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 20:30-21:10 美脚美尻骨盤ヨガ	06:00-06:30 朝骨ヨガ	08:00-09:30 アシュタンガヨガ マイソールクラス
28	29	30	1	2	3	4
	06:00-06:30 朝骨ヨガ 20:30-21:00 月経血ヨガ	06:00-06:30 朝骨ヨガ 19:15-20:25 アシュタンガヨガ ハーフプライマリー	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	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	???	???

Y(湊洋二&有紀)オンラインクラス

- 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-

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