


背骨ヨガ.com Yオンラインクラス 2023.01 Schedule

月	火	水	木	金	土	日
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-						07:30-08:30 アシュタンガ入門[S] 07:30-08:45 アシュタンガヨガ 元旦マイソール[SZ] 09:00-10:00 初骨ヨガ オリジナル[SZ]
2	3	4	5	6	7	8
		09:00-10:15 愛のパワーヨガ	10:00-10:10 HipUpOpen 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 19:10-20:10 美脚美尻骨盤ヨガ	09:00-10:15 パワーヨガ 20:00-20:10 HipUpOpen	08:00-09:00 アシュタンガ入門 08:00-09:30 アシュタンガヨガ マイソールクラス 09:30-09:45 カンファレンス
9	10	11	12	13	14	15
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 オリジナル 21:00-21:10 コアトレ	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 21:00-21:10 コアトレ	10:00-10:10 HipUpOpen 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	09:30-10:30 アシュタンガ入門 09:30-11:15 アシュタンガヨガ 大通マイソール 11:30-12:30 月経血ヨガ 20:00-20:10 HipUpOpen	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
16	17	18	19	20	21	22
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	19:15-20:25 アシュタンガヨガ ハーフプライマリー 21:00-21:10[Z] コアトレ	10:00-10:10 HipUpOpen 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	09:00-10:00 アシュタンガヨガ スタンディング 10:00-10:15 カンファレンス 20:00-20:10 HipUpOpen	09:00-10:15 パワーヨガ
23	24	25	26	27	28	29
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	19:15-20:25 アシュタンガヨガ ハーフプライマリー 21:00-21:10 コアトレ	10:00-10:10 HipUpOpen 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 20:00-20:10 HipUpOpen	09:00-10:15 パワーヨガ 09:30-10:30 アシュタンガ入門 09:30-11:15 アシュタンガヨガ 大通マイソール 20:00-20:10 HipUpOpen	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
30	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。				
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	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 YOJI	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♪ 