


背骨ヨガ.com Yオンラインクラス 2023.05 Schedule

月	火	水	木	金	土	日
1	2	3	4	5	6	7
08:30-09:30 月経血ヨガ	09:00-10:00 美脚美尻骨盤ヨガ	08:00-09:00 アシュタンガ入門	09:00-10:00 美脚美尻骨盤ヨガ ファンデーション		09:00-10:15 パワーヨガ	08:00-09:00 アシュタンガ入門
09:15-11:00 アシュタンガマイソール	09:30-10:30 アシュタンガ入門	08:00-09:45 アシュタンガマイソール			10:15-10:45 カンファレンス	08:00-09:45 アシュタンガマイソール
19:00-20:30 アシュタンガ入門	09:30-11:15 アシュタンガマイソール					10:00-11:00 美脚美尻骨盤ヨガ オリジナル
19:00-20:30 アシュタンガマイソール						
20:30-21:00 月経血ヨガ	19:10-20:10 美脚美尻骨盤ヨガ			20:30-21:10 美脚美尻骨盤ヨガ		
8	9	10	11	12	13	14
08:30-09:30[Z] 月経血ヨガ	09:30-10:30 アシュタンガ入門		08:15-09:15 アシュタンガ入門	09:30-10:30 アシュタンガ入門	08:00-09:00 アシュタンガ入門	09:00-10:15 パワーヨガ
	09:30-11:15 アシュタンガマイソール		08:15-10:15 アシュタンガマイソール	09:30-11:15 アシュタンガマイソール	08:00-09:45 アシュタンガヨガ 大通マイソール	
19:00-20:30 アシュタンガ入門			10:30-11:45 背骨ヨガ(セラピー)			
19:00-20:30 アシュタンガマイソール			19:00-20:00 アシュタンガ入門			
20:30-21:00 月経血ヨガ	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	19:00-20:30 アシュタンガマイソール	20:30-21:10 美脚美尻骨盤ヨガ		
15	16	17	18	19	20	21
08:00-09:00 月経血ヨガ	09:30-10:30 アシュタンガ入門		08:15-09:15 アシュタンガ入門	09:30-10:30 アシュタンガ入門	06:00-06:30 朝骨ヨガ	08:00-09:00 アシュタンガ入門
	09:30-11:15 アシュタンガマイソール		08:15-10:15 アシュタンガマイソール	09:30-11:15 アシュタンガマイソール	08:00-09:00 アシュタンガ入門	08:00-09:45 アシュタンガマイソール
19:00-20:30 アシュタンガ入門			10:30-11:45 背骨ヨガ(セラピー)		08:00-09:45 アシュタンガマイソール	
19:00-20:30 アシュタンガマイソール			19:00-20:00 アシュタンガ入門		09:00-10:00 アシュタンガ立位	
20:15-20:45 月経血ヨガ	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	19:00-20:30 アシュタンガマイソール	20:30-21:10 美脚美尻骨盤ヨガ		
22	23	24	25	26	27	28
			08:15-09:15 アシュタンガ入門	09:30-10:30 アシュタンガ入門	08:00-09:00 アシュタンガ入門	
			08:15-10:15 アシュタンガマイソール	09:30-11:15 アシュタンガマイソール	08:00-09:45 アシュタンガヨガ マイソールクラス	
			10:30-11:45 背骨ヨガ(セラピー)			
		19:00-20:00 アシュタンガ入門		19:00-20:00 アシュタンガ入門		
		19:00-20:30 アシュタンガマイソール	19:10-20:10 美脚美尻骨盤ヨガ	19:00-20:30 アシュタンガマイソール		
29	30	31	1	2	3	4
08:00-09:00 月経血ヨガ			08:15-09:15 アシュタンガ入門	09:30-10:30 アシュタンガ入門	???	???
			08:15-10:15 アシュタンガマイソール	09:30-11:15 アシュタンガマイソール		
			10:30-11:45 背骨ヨガ(セラピー)			
	19:00-20:00 アシュタンガ入門			19:00-20:00 アシュタンガ入門		
20:15-20:45 月経血ヨガ	19:00-20:30 アシュタンガマイソール	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	19:00-20:30 アシュタンガマイソール		
<p>Y(湊洋二&有紀)オンラインクラス</p> <p>① Yクラスドロップイン 1,500-</p> <p>② Yクラス10回 3,980-</p> <p>③ Yクラスフリー 5,980-</p>			<p>少人数完全予約制です。お電話またはメールで</p> <p>背骨ヨガ.com http://seboneyoga.com/index.html</p> <p>予約メールフォーム</p>			
<p>Facebook 始めました★</p> <p>“👍いいね!”お待ちしております)</p>						
YUKI	YOJI					