



背骨ヨガ.com Yオンラインクラス 2023.09 Schedule

月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3
				09:15-10:15 アシュタंगा入門 09:15-11:00 アシュタंगाマイソール	09:00-10:00 アシュタंगा入門 09:00-10:30 アシュタंगाマイソール	09:00-10:15 パワーヨガ
				20:30-21:10 美脚美尻骨盤ヨガ		
4	5	6	7	8	9	10
08:00-09:00 月経血ヨガ	09:15-10:15 アシュタंगा入門 09:15-11:00 アシュタंगाマイソール		08:30-10:15 アシュタंगाマイソール 10:30-11:45 背骨ヨガ(セラピー)			08:00-09:50 アシュタंगाマイソール 09:00-10:15 アシュタंगाヨガハーフ
19:00-20:00 アシュタंगा入門 19:00-20:30 アシュタंगाマイソール 20:45-21:15 月経血ヨガ	19:10-20:10 美脚美尻骨盤ヨガ	19:15-20:25 アシュタंगाヨガハーフ	19:00-20:00 アシュタंगा入門 19:00-20:30 アシュタंगाマイソール	20:30-21:10 美脚美尻骨盤ヨガ		
11	12	13	14	15	16	17
08:00-09:00 月経血ヨガ	09:15-10:15 アシュタंगा入門 09:15-11:00 アシュタंगाマイソール		08:30-10:15 アシュタंगाマイソール 10:30-11:45 背骨ヨガ(セラピー)	09:15-10:15 アシュタंगा入門 09:15-11:00 アシュタंगाマイソール	08:00-09:00 アシュタंगा入門 08:00-09:45 アシュタंगाマイソール	
19:00-20:30 アシュタंगाマイソール 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 アシュタंगाヨガハーフ	19:00-20:00 アシュタंगा入門 19:00-20:30 アシュタंगाマイソール	20:30-21:10 美脚美尻骨盤ヨガ		
18	19	20	21	22	23	24
	07:00-08:00 アシュタंगा入門 07:00-09:00 アシュタंगाマイソール		08:30-10:15 アシュタंगाマイソール 10:30-11:45 背骨ヨガ(セラピー) 19:00-20:00 アシュタंगा入門	09:15-10:15 アシュタंगा入門 09:15-11:00 アシュタंगाマイソール	06:00-06:00 朝骨ヨガ	
	19:10-20:10 美脚美尻骨盤ヨガ	19:15-20:25 アシュタंगाヨガハーフ	19:00-20:30 アシュタंगाマイソール	20:30-21:10 美脚美尻骨盤ヨガ		
25	26	27	28	29	30	1
	09:15-10:15 アシュタंगा入門 09:15-11:00 アシュタंगाマイソール			09:15-10:15 アシュタंगा入門 09:15-11:00 アシュタंगाマイソール	09:00-10:00 アシュタंगा入門 09:00-10:30 アシュタंगाマイソール	08:00-09:00 アシュタंगा入門 08:00-09:45 アシュタंगाマイソール
20:15-20:45 月経血ヨガ			19:00-20:00 アシュタंगा入門 19:00-20:30 アシュタंगाマイソール	19:10-20:10 美脚美尻骨盤ヨガ 20:30-21:10 美脚美尻骨盤ヨガ		
<p>Y(湊洋ニ&amp;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ご予約お願いします。</p> <p>背骨ヨガ.com http://www.seboneyoga.com/</p> <p>予約メールフォーム</p>  <p>Facebook 始めました★ “いいね!”お待ちしております♪</p> 		
YUKI	YOJI					