背骨ヨガ.com　Yオンラインクラス　2026.04 Schedule

月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5
				09:15-10:15 アシュタンガ入門 09:15-11:00 アシュタンガマイソール 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	09:00-10:10 愛のパワーヨガ	07:30-08:30 アシュタンガ入門 07:30-09:15 アシュタンガマイソール 09:30-10:30 美脚美尻骨盤ヨガ
		19:10-20:20 アシュタンガヨガハーフ				
6	7	8	9	10	11	12
08:00-09:00 月経血ヨガ 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 20:30-21:00 月経血ヨガ	09:15-10:15 アシュタンガ入門 09:15-11:00 アシュタンガマイソール 19:10-20:10 美脚美尻骨盤ヨガ	06:10-06:30 朝骨ヨガ 19:10-20:20 アシュタンガヨガハーフ	08:30-10:15 アシュタンガマイソール 10:30-11:45 リストラティブヨガ 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	09:15-10:15 アシュタンガ入門 09:15-11:00 アシュタンガマイソール 20:30-21:10 美脚美尻骨盤ヨガ	09:00-10:10 愛のパワーヨガ	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
13	14	15	16	17	18	19
08:00-09:00 月経血ヨガ 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 20:30-21:00[Z] 月経血ヨガ	09:15-10:15 アシュタンガ入門 09:15-11:00 アシュタンガマイソール 19:10-20:10 美脚美尻骨盤ヨガ	06:10-06:30 朝骨ヨガ 19:10-20:20 アシュタンガヨガハーフ	08:30-10:15 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 19:00-20:30 アシュタンガマイソール	09:15-10:15 アシュタンガ入門 09:15-11:00 アシュタンガマイソール 20:30-21:10 美脚美尻骨盤ヨガ	08:30-10:00 アシュタンガヨガ フルプライマリーレッド 山形RYT	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 山形RYT
20	21	22	23	24	25	26
08:00-09:00 月経血ヨガ 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 20:30-21:00 月経血ヨガ	09:15-10:15 アシュタンガ入門 09:15-11:00 アシュタンガマイソール 19:10-20:10 美脚美尻骨盤ヨガ	06:10-06:30 朝骨ヨガ 19:10-20:20 アシュタンガヨガハーフ	08:30-10:15 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 19:00-20:30 アシュタンガマイソール	09:15-10:15 アシュタンガ入門 09:15-11:00 アシュタンガマイソール 20:30-21:10 美脚美尻骨盤ヨガ	茨城|東海 瞑想1DAYリトリート	09:00-10:00 アシュタンガ入門 09:00-10:30 アシュタンガマイソール つくばツキイチクラス スポーツシューレつくば
27	28	29	30	1	2	3
08:00-09:00 月経血ヨガ 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 20:30-21:00[Z] 月経血ヨガ	09:15-10:15 アシュタンガ入門 09:15-11:00 アシュタンガマイソール 19:10-20:20 アシュタンガヨガハーフ	06:10-06:30 朝骨ヨガ 08:30-10:00 アシュタンガヨガ フルプライマリーレッド	08:30-10:15 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 19:00-20:30 アシュタンガマイソール	09:15-10:15 アシュタンガ入門 09:15-11:00 アシュタンガマイソール 20:30-21:10 美脚美尻骨盤ヨガ	08:30-10:00 アシュタンガヨガ フルプライマリーレッド	09:00-10:00 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-

背骨ヨガ.com
http://www.seboneyoga.com/

予約メールフォーム

Facebook 始めました★
“いいね!”お待ちしています♪