


12月スケジュール


日	月	火	水	木	金	土
		B: バリー先生 N: なおこ先生 H: ひろこ先生				1
2	3	4	5 10:00 ~11:00 (H) やさしくヨガ	6 19:00 ~ 20:30 (N) リラックスヨガ	7	8
9	10	11 14:00 ~15:30 (B) ベーシックハッタヨガ	12 10:00 ~11:00 (H) やさしくヨガ	13 19:00 ~ 20:30 (H) リラックスヨガ	14	15 09:30 ~11:00 (B) ベーシックハッタヨガ 11:30 ~13:00 アンタランガ (内面) ヨガ (B)
16	17	18	19 10:00 ~11:00 (H) やさしくヨガ	20 19:00 ~ 20:30 (N) リラックスヨガ	21	22 09:30 ~11:00 (B) ベーシックハッタヨガ 11:30 ~13:00 アンタランガ (内面) ヨガ (B)
23 /30	24 /31	25	26 10:00 ~11:00 (H) やさしくヨガ 14:00 ~15:30 (B) ベーシックハッタヨガ	27 19:00 ~ 20:30 (H) リラックスヨガ	28	29