

月	火	水	木	金	土	日
					1 9:00 朝yoga Souko 11:00 心が楽になるストラ (花園店) 19:00 癒しのヨガ nao	2
3 10:00 癒しのヨガ Akane	4 15:00 ほぐしヨガ 20:00 ハタヨガ Souko	5 10:00 今を感じるヨガ Miyako 20:00 はじめてのヨガ Asami	6 8:45 ピラティス 10:00 Aromaリラックス 指導者養成講座 19:00 ピラティス 20:15 Aromaリラックス	7 8:45 ハタヨガ 10:00 はじめてのヨガ 19:00 ハタヨガ 20:15 マインドフルネヨガ	8	9 8:30~9:30 Yoga+Flower in Solflows 9:00 朝yoga kaori
10 10:00 癒しのヨガ Akane	11 10:00 ゆるヨガ (in NINOKRA) 15:00 ほぐしヨガ 20:00 ハタヨガ Souko	12 10:00 今を感じるヨガ Miyako 20:00 はじめてのヨガ Asami	13 8:45 ピラティス 10:00 Aromaリラックス 指導者養成講座 20:15 Aromaリラックス	14 8:45 ハタヨガ 10:00 はじめてのヨガ 19:00 ハタヨガ 20:15 マインドフルネヨガ	15 19:00 癒しのヨガ nao	16 14:00 豊土の里農園 スイーツ付ヨガ
17 10:00 癒しのヨガ Akane	18 15:00 ほぐしヨガ 20:00 ハタヨガ Souko	19 10:00 今を感じるヨガ Miyako 20:00 はじめてのヨガ Asami	20 8:45 ピラティス 10:00 Aromaリラックス 19:00 ピラティス 20:15 Aromaリラックス	21 8:45 ハタヨガ 10:00 はじめてのヨガ 19:00 ハタヨガ 20:15 マインドフルネヨガ	22 指導者養成講座 深谷花園店 19:00 癒しのヨガ nao	23 9:00 朝yoga Mizuki 11:00~14:00 母熊仕送りごはん WS 深谷花園店
24 10:00 癒しのヨガ Akane	25 10:00 ゆるヨガ (in NINOKRA) 15:00 ほぐしヨガ 20:00 ハタヨガ Souko	26 10:00 今を感じるヨガ Miyako 20:00 はじめてのヨガ Asami	27 8:45 ピラティス 10:00 Aromaリラックス 20:15 Aromaリラックス	1月28日 8:45 ハタヨガ 10:00 はじめてのヨガ 19:00 ハタヨガ 20:15 マインドフルネヨガ	29 12:00~13:30 グルテンフリー ガトーショコラWS 深谷花園店	30 指導者養成講座 深谷花園店

- * 少人数制の為、ご予約優先となります。
- * スタジオでのレッスンはオンラインで受講できます。
- * キャンセル・欠席について
 - ・キャンセル手続き無い場合は、一回分のレッスンが消化、又はキャンセル料をいただきます。
 - ・当日キャンセルは、なるべくお控えください。

最新スケジュールの確認と
ご予約はこちらから↓



Sukra Yoga Studio (シュクラヨガスタジオ)

〔Address〕 本庄市日の出3-1-7

〔Tel〕 070-5459-5084

〔Mail〕 sukra0319@gmail.com