

6月 Lesson Schedule

月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4
			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	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	9:00 朝yoga Asami 11:00～14:00 母熊式 酵素玄米講座 深谷花園店	指導者養成講座 深谷花園店
5	6	7	8	9	10	11
10:00 癒しのヨガ Akane	15:00 ほぐしヨガ 20:00 ハタヨガ Souko	10:00 今を感じるヨガ Miyako 20:00 はじめてのヨガ Asami	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	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	スタッフ研修	9:00 朝yoga kaori 指導者養成講座 深谷花園店
12	13	14	15	16	17	18
10:00 癒しのヨガ Akane	10:00 ゆるヨガ (in NINOKRA) 15:00 ほぐしヨガ 20:00 ハタヨガ Souko	10:00 今を感じるヨガ Miyako 20:00 はじめてのヨガ Asami	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	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	18:30～19:30 Yoga+Flower in Solflows	
19	20	21	22	23	24	25
10:00 癒しのヨガ Akane	15:00 ほぐしヨガ 20:00 ハタヨガ Souko	10:00 今を感じるヨガ Miyako 20:00 はじめてのヨガ Asami	8:45 ピラティス 10:00 Aromaリラックス 20:15 Aromaリラックス	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	9:00 朝yoga Souko 10:30 心が楽になる ヨガスートラ	9:00 朝yoga Mizuki 指導者養成講座 深谷花園店
26	27	28	29	6月30日		
10:00 癒しのヨガ Miyako	10:00 ゆるヨガ (in NINOKRA) 20:00 5/30 振替済	10:00 今を感じるヨガ Miyako 20:00 はじめてのヨガ Asami	8:45 ピラティス 10:00 Aromaリラックス 5/4 振替 19:00 ピラティス 20:15 Aromaリラックス	8:45 ハタヨガ 10:00 はじめてのヨガ 5/5 振替 19:00 ハタヨガ 20:15 マインドフルネヨガ		

- * 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