

1月 Lesson Schedule

月	火	水	木	金	土	日
1	2	3	4	5	6	7
			8:45 ピラティス 10:00 アロマヨガ 指導者養成講座 19:00 ピラティス 20:15 癒しのヨガ	10:00 はじめてのヨガ 19:00 ハタヨガ 20:15 フィーリングヨガ		8:30 朝yoga Kaori 指導者養成講座
8	9	10	11	12	13	14
10:00 癒しのヨガ Akane	10:00 ベビママヨガ Akane 15:00 はじめてのヨガ 20:00 ハタヨガ	10:00 フィーリングヨガ Miyako 20:00 はじめてのヨガ Asami	8:45 ピラティス 10:00 アロマヨガ 指導者養成講座 19:00 ピラティス 20:15 癒しのヨガ	10:00 はじめてのヨガ 19:00 ハタヨガ 20:15 フィーリングヨガ	9:00 朝yoga Souko 10:30 はじめての ヨーガスートラ バガヴァットギター	8:30 朝yoga Souko 指導者養成講座
15	16	17	18	19	20	21
10:00 癒しのヨガ Akane	15:00 はじめてのヨガ 20:00 ハタヨガ	10:00 フィーリングヨガ Miyako 20:00 はじめてのヨガ Asami	8:45 ピラティス 10:00 アロマヨガ 指導者養成講座 19:00 ピラティス 20:15 癒しのヨガ	10:00 はじめてのヨガ 19:00 ハタヨガ 20:15 フィーリングヨガ	9:00 朝yoga Souko 10:30 ピラティス Souko	9:00 朝yoga Mizuki 8:30 Yoga+flower in solflows
22	23	24	25	26	27	28
10:00 癒しのヨガ Akane	10:00 マタニティヨガ mie 15:00 はじめてのヨガ 20:00 ハタヨガ	10:00 フィーリングヨガ Miyako 20:00 はじめてのヨガ Asami	8:45 ピラティス 10:00 アロマヨガ 19:00 ピラティス 20:15 癒しのヨガ	10:00 はじめてのヨガ 19:00 ハタヨガ 20:15 フィーリングヨガ	8:30 朝yoga Asami 指導者養成講座	9:00 朝yoga Souko 10:30 ピラティス Souko
29	30	31				
10:00 癒しのヨガ Akane	15:00 はじめてのヨガ 20:00 ハタヨガ	10:00 フィーリングヨガ Miyako 20:00 はじめてのヨガ Asami				

最新スケジュールの確認と
ご予約はこちらから↓



*キャンセル・欠席について

- ・キャンセル手続き無き場合は、欠席となり 1 回分のレッスンが消化されます。
- ・当日キャンセルは、なるべくお控えください。

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

* スタジオでのクラスはオンラインでも受講できます。