

8月 Lesson Schedule

月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3
				10:00 ビギナー 19:00 ハタヨガ 20:15 ベーシック/アロマ	9:00 朝ヨガ souko 10:30 はじめてピラティス	8:30 朝yoga nao 指導者養成講座
4	5	6	7	8	9	10
10:00 ビギナー/癒し natuki	10:00 ベ이스キンシップヨガ Akane 15:00 ビギナー Souko 19:00 ピラティス masami 20:15 ビギナー masami	8:30 ハタヨガ souko 指導者養成講座	9:00 ピラティス 10:15 ベーシック 19:00 ピラティス 20:15 ハタヨガ	10:00 ビギナー 19:00 ハタヨガ 20:15 ベーシック/アロマ	10:00 夏休み限定！ キッズヨガ mayu	8:30 朝yoga ayumi 指導者養成講座
11	12	13	14	15	16	17
10:00 ビギナー/癒し souko 11:30 はじめてピラティス 13:00 よもぎ蒸し+ 至福のヨガ	15:00 ビギナー Souko 19:00 ピラティス masami 20:15 ビギナー masami		9:00 ピラティス 10:15 ベーシック 11:30 産後ピラティス 19:00 はじめてピラティス 20:15 ハタヨガ	10:00 ビギナー	9:00 朝yoga kaori 指導者養成講座	8:30 朝yoga mayu 指導者養成講座
18	19	20	21	22	23	24
10:00 ビギナー/癒し Akane	10:00 ベ이스キンシップヨガ Akane 15:00 ビギナー Souko 19:00 ピラティス masami 20:15 ビギナー masami	8:30 ハタヨガ souko 指導者養成講座	9:00 ピラティス 10:15 ベーシック 19:00 ピラティス 20:15 ハタヨガ	10:00 ビギナー 19:00 ハタヨガ 20:15 ベーシック/アロマ	9:00 朝yoga soup 10:30 はじめてピラティス	8:30 朝yoga ayumi 指導者養成講座
25	26	27	28	29	30	31
10:00 ビギナー/癒し Akane	15:00 ビギナー Souko 19:00 ピラティス masami 20:15 ビギナー masami	9:00 ハタヨガ	9:00 ピラティス 10:15 ベーシック 11:30 産後ピラティス 19:00 ピラティス 20:15 ハタヨガ	10:00 ビギナー 19:00 ハタヨガ 20:15 ベーシック/アロマ	9:45 m'edining 至福のヨガ 20:00 心と顔のリセットに kaori	8:30 朝ヨガ souko 指導者養成講座

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。

*** スタジオでのクラスはオンラインでも受講できます。**

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