

月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5
		9:00 朝ヨガ/ハタヨガ souko 指導者養成講座 19:00 ベーシック	9:00 ビラティス 10:15 ベーシック/アロマ 11:30 産後ピラティス 19:00 ビラティス 20:15 ハタヨガ	10:00 ビギナー/癒し 19:00 ハタヨガ 20:15 ベーシック/アロマ	9:00 朝ヨガ 10:30 ビラティス souko	8:30 朝ヨガ souko
6	7	8	9	10	11	12
10:00 ビギナー/癒し Akane	10:00 ベーシック/アロマ 15:00 ベーシック/アロマ 19:00 ビラティス masami 20:15 ビギナー/癒し masami	9:00 朝ヨガ/ハタヨガ ayumi 19:00 ベーシック	9:00 ビラティス 10:15 ベーシック/アロマ 19:00 ビラティス 20:15 ハタヨガ	10:00 ビギナー/癒し 19:00 ハタヨガ 20:15 ベーシック/アロマ	9:00 朝ヨガ mayu アジャストフォローアップ 15:30~17:30 指導者養成講座	8:30 朝ヨガ ayumi 指導者養成講座
13	14	15	16	17	18	19
10:00 ビギナー/癒し Akane	10:00 女性のためのヨガ souko 15:00 ベーシック/アロマ 19:00 ビラティス masami 20:15 ビギナー/癒し masami	9:00 朝ヨガ/ハタヨガ tabasa 指導者養成講座 19:00 ベーシック	9:00 ビラティス 10:15 ベーシック/アロマ 11:30 産後ピラティス 19:00 ビラティス 20:15 ハタヨガ	10:00 ビギナー/癒し 19:00 ハタヨガ 20:15 ベーシック/アロマ	9:00 朝ヨガ kaori Yoga + flower 9:00~10:00	8:30 朝ヨガ mayu 指導者養成講座
20	21	22	23	24	25	26
10:00 ビギナー/癒し Akane	10:00 ベーシック/アロマ Souko 15:00 ベーシック/アロマ Souko 19:00 ビラティス masami 20:15 ビギナー/癒し masami	9:00 朝ヨガ/ハタヨガ ayumi 指導者養成講座 19:00 ベーシック	9:00 ビラティス 10:15 ベーシック/アロマ 19:00 ビラティス 20:15 ハタヨガ	10:00 ビギナー/癒し 19:00 ハタヨガ 20:15 ベーシック/アロマ	9:00 朝ヨガ souko	8:30 朝ヨガ 指導者養成講座
27	28	29	30			
10:00 ビギナー/癒し Akane	10:00 女性のためのヨガ souko 15:00 ベーシック/アロマ 19:00 ビラティス masami 20:15 ビギナー/癒し masami	10~12時 チャクラチューニング WS	9:00 ビラティス 10:15 ベーシック/アロマ 11:30 産後ピラティス 19:00 ビラティス 20:15 ハタヨガ			

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

*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。**