

7月

月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4
				10:30-11:45 呼吸とアーサナ (Kaori)		10:30-11:45 ALLレベル(Asako)
					14:30-15:45 基礎ヨガ(Kaori)	14:00-15:15 基礎ヨガ(Asako)
			19:00-20:30 武神館(Paul)			17:00-18:30 武神館基礎(Ryu)
5	6	7	8	9	10	11
				10:30-11:45 呼吸とアーサナ (Kaori)		10:30-11:45 ALLレベル(Asako)
	14:30-15:45 マインドフルネス ヨガ(Kaori)				14:30-15:45 基礎ヨガ(Shige)	14:00-15:15 基礎ヨガ(Asako)
			19:00-20:30 武神館(Paul)			17:00-18:30 武神館(Paul)
12	13	14	15	16	17	18
				10:30-11:45 呼吸とアーサナ (Kaori)		10:30-11:45 ALLレベル(Asako)
	14:30-15:45 マインドフルネス ヨガ(Kaori)				14:30-15:45 基礎ヨガ(Shige)	14:00-15:15 基礎ヨガ(Asako)
			19:00-20:30 武神館(Paul)			17:00-18:30 武神館(Paul)
19	20	21	22	23	24	25
				10:30-11:45 呼吸とアーサナ (Kaori)		10:30-11:45 ALLレベル(Shige)
	14:30-15:45 マインドフルネス ヨガ(Kaori)				14:30-15:45 基礎ヨガ(Shige)	14:00-15:15 基礎ヨガ(Shige)
			19:00-20:30 武神館(Paul)			17:00-18:30 武神館基礎(Kaneto)
26	27	28	29	30	31	
				10:30-11:45 呼吸とアーサナ (Kaori)		
	14:30-15:45 マインドフルネス ヨガ(Kaori)				14:30-15:45 基礎ヨガ(Kaori)	
			19:00-20:30 武神館(Paul)			