

# 12月

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