

12

DECEMBER

年末年始の休業日

12/30～1/3

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
1 ヨガ棒セラピー 10:30～11:45	2	3 ヨガ棒セラピー 10:30～11:45	4 ヨガ& サウンドヒーリング 10:30～11:45	5 アライメント ベース 10:30～11:45	6 プライベート クラス	7 ヨガ& サウンドヒーリング 10:30～11:45
8	9	10 ヨガ棒セラピー 10:30～11:45	11 ヨガ& サウンドヒーリング 10:30～11:45 不登校の親子 19:00～20:00	12	13 ゆったりヨガ 10:30～11:45	14
15 ヨガ& サウンドヒーリング 10:30～11:45 満月の瞑想会 19:00～19:40	16	17 背骨からわたしを 整えるヨガ 10:30～11:45	18 ヨガ& サウンドヒーリング 10:30～11:45	19 アライメント ベース 10:30～11:45	20 プライベート クラス	21 ヨガ& サウンドヒーリング 10:30～11:45 ディープリラックス 14:00～16:15
22 呼吸と姿勢を 整える 10:30～11:45	23	24 背骨からわたしを 整えるヨガ 10:30～11:45	25 ヨガ& サウンドヒーリング 10:30～11:45 不登校の親子 19:00～20:00	26	27 ゆったりヨガ 10:30～11:45	28 ヨガ& サウンドヒーリング 10:30～11:45
29 シンキングボウル 音浴会 10:30～11:30	30	31 火曜日レッスン 担当ターコ 火曜日以外 担当三香子				