



# 2018.05 Schedule

月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4	5	6
	09:30-10:30 アシュタンガ入門 09:30-11:15 アシュタンガ1~3 19:15-20:15 片足フロー 美脚美尻骨盤ヨガ	10:00-11:15 月経血フローヨガ 19:15-20:15 月経血ヨガ	GW休み 有効期限がGW休みをまたぐ回数券はその分を延長します。		GW休み	GW休み 10:00-11:00 腰痛肩こり 美脚美尻骨盤ヨガ
7	8	9	10	11	12	13
10:00-11:00 月経血ヨガ	09:30-10:30 アシュタンガ入門 09:30-11:15 アシュタンガ1~3 19:15-20:15 アシュタンガ入門 美脚美尻骨盤ヨガ	10:00-11:15 月経血フローヨガ 19:15-20:15 月経血ヨガ	10:00-11:15 ハタフロー呼吸瞑想 美脚美尻骨盤ヨガ 19:15-20:45 アシュタンガ1~3	09:30-11:15 アシュタンガ1~3 19:15-20:15 快眠・癒し 美脚美尻骨盤ヨガ	09:30-10:45 ナチュラルフロー 11:30-18:30 キレイになるヨガ 指導者養成コース	09:30-10:30 腰痛肩こり 美脚美尻骨盤ヨガ 11:00-16:00 キレイになるヨガ 指導者養成コース
14	15	16	17	18	19	20
10:00-11:00 月経血ヨガ 19:15-20:15 アシュタンガ入門	09:30-10:30 アシュタンガ入門 09:30-11:15 アシュタンガ1~3 19:15-20:15 片足フロー 美脚美尻骨盤ヨガ	10:00-11:15 月経血フローヨガ 19:15-20:15 月経血ヨガ	10:00-11:15 腰痛&肩こり 美脚美尻骨盤ヨガ 19:15-20:15 アシュタンガ入門 19:15-20:45 アシュタンガ1~3	09:30-10:30 アシュタンガハーフ プライマリーレッド	09:30-10:45 ナチュラルフロー	09:30-10:30 ビギナー 美脚美尻骨盤ヨガ
21	22	23	24	25	26	27
10:00-11:00 月経血ヨガ 19:15-20:30 ナチュラルフロー	09:30-10:45 アシュタンガハーフ プライマリーレッド	10:00-11:15 月経血フローヨガ 19:15-20:15 月経血ヨガ	10:00-11:15 腰痛&肩こり 美脚美尻骨盤ヨガ 19:15-20:15 アシュタンガ入門 19:15-20:45 プライマリーレッド	09:30-10:30 アシュタンガ入門 09:30-11:15 アシュタンガ1~3 19:15-20:15 ビギナー 美脚美尻骨盤ヨガ	09:30-10:45 ナチュラルフロー	
28	29	30	31	1	2	3
10:00-11:00 月経血ヨガ 19:15-20:30 ナチュラルフロー	09:30-10:45 アシュタンガハーフ プライマリーレッド 19:15-20:15 月経血ヨガ	10:00-11:15 月経血フローヨガ	10:00-11:15 ハタフロー呼吸瞑想 美脚美尻骨盤ヨガ 19:15-20:15 アシュタンガ入門 19:15-20:45 アシュタンガ1~3	09:30-10:30 アシュタンガ入門 09:30-11:15 アシュタンガ1~3 19:15-20:15 快眠・癒しの 美脚美尻骨盤ヨガ	09:30-10:45 ナチュラルフロー	09:30-10:30 腰痛肩こり 美脚美尻骨盤ヨガ 11:00-14:00 アシュタンガヨーガ 18時間徹底講座
完全予約制の少人数クラスです。お電話またはメールでご予約お願いします。						
Tel : 080-1888-7597 Mail : power@inhalexexhale.com 札幌市中央区南1条西24丁目1-17カーニバルビル2階 http://www.inhalexexhale.com						
				 Facebook 始めました★ “いいね!”お待ちしております♪		
YUKI	YOJI	MINAKO	MARIKO	ASUMI		