

日	月	火	水	木	金	土
31	<p>【注意】会員登録後、承認されるのに2日程かかりますので予め会員登録を済ませてください。メールも必ず確認してください。</p> <p>ZOOMを使用しますのでアプリをダウンロードしてください</p> <ul style="list-style-type: none"> ●レッスンのご予約・キャンセルはレッスン3時間前までとなります。 ●レッスン開始10分前から入室できます。 ●ZOOMの表示名は必ず本名にしてください。 本名でない場合は入室できません。 ●画面のON/OFFは任意ですが、ONをお勧めしております。 				1	2
close				close	19:00- 全身リフレッシュヨガ 20:00 ★★/調 Azusa 20:30- 心地良い眠りに導く 21:15 リラクゼーションヨガ ★/癒 Azusa	close
3	4	5	6	7	8	9
close		15:30- リフレッシュヨガ 16:30 ★★/調 Ayano 19:00- 身体の歪みを整える 20:00 骨盤リラククスヨガ ★★★★/調 Moeju 20:30- 安定して快適な姿勢へ導く 21:15 アーサナ墊 ★/特 Atsushi	15:30- 秋の季節の変わり目に 16:30 心身調整ヨガ ★★/調 Hiroko 19:00- 週後半も元気に過ごす！ 20:00 リラククスフロー ★★/美 K.Mayumi 20:30- 秋の夜長に 21:15 安眠ヨガ ★/癒 K.Mayumi	close	19:00- 全身リフレッシュヨガ 20:00 ★★/調 Azusa 20:30- 心地良い眠りに導く 21:15 リラクゼーションヨガ ★/癒 Azusa	close
10	11	12	13	14	15	16
close		15:30- リフレッシュヨガ 16:30 ★★/調 Ayano 19:00- 身体の歪みを整える 20:00 骨盤リラククスヨガ ★★★★/調 Moeju 20:30- 安定して快適な姿勢へ導く 21:15 アーサナ墊 ★/特 Atsushi	15:30- 秋の季節の変わり目に 16:30 心身調整ヨガ ★★/調 Hiroko 19:00- 週後半も元気に過ごす！ 20:00 リラククスフロー ★★/美 K.Mayumi 20:30- 秋の夜長に 21:15 安眠ヨガ ★/癒 K.Mayumi	close	19:00- 全身リフレッシュヨガ 20:00 ★★/調 Azusa 20:30- 心地良い眠りに導く 21:15 リラクゼーションヨガ ★/癒 Azusa	close
17	18	19	20	21	22	23
close		15:30- リフレッシュヨガ 16:30 ★★/調 Ayano 19:00- 身体の歪みを整える 20:00 骨盤リラククスヨガ ★★★★/調 Moeju 20:30- 安定して快適な姿勢へ導く 21:15 アーサナ墊 ★/特 Atsushi	15:30- 秋の季節の変わり目に 16:30 心身調整ヨガ ★★/調 Hiroko 19:00- 週後半も元気に過ごす！ 20:00 リラククスフロー ★★/美 K.Mayumi 20:30- 秋の夜長に 21:15 安眠ヨガ ★/癒 K.Mayumi	close	19:00- 全身リフレッシュヨガ 20:00 ★★/調 Azusa 20:30- 心地良い眠りに導く 21:15 リラクゼーションヨガ ★/癒 Azusa	close
24	25	26	27	28	29	30
close		15:30- リフレッシュヨガ 16:30 ★★/調 Ayano 19:00- 身体の歪みを整える 20:00 骨盤リラククスヨガ ★★★★/調 Moeju 20:30- 安定して快適な姿勢へ導く 21:15 アーサナ墊 ★/特 Atsushi	15:30- 秋の季節の変わり目に 16:30 心身調整ヨガ ★★/調 Hiroko 19:00- 週後半も元気に過ごす！ 20:00 リラククスフロー ★★/美 K.Mayumi 20:30- 秋の夜長に 21:15 安眠ヨガ ★/癒 K.Mayumi	close		

お問い合わせはメールでお願いします。

online@yogastudio-posture.com

日 月 火 水 木 金 土

20:30- 安定して快適な姿勢へ導く
21:15 アーサナ墊
★/特 Atsushi

20:30- 安定して快適な姿勢へ導く
21:15 アーサナ墊
★/特 Atsushi

20:30- 安定して快適な姿勢へ導く
21:15 アーサナ墊
★/特 Atsushi

19:00- 全身リフレッシュヨガ
20:00 ★★/調 Azusa
20:30- 心地良い眠りに導く
21:15 リラクゼーションヨガ
★/癒 Azusa

19:00- 全身リフレッシュヨガ
20:00 ★★/調 Azusa
20:30- 心地良い眠りに導く
21:15 リラクゼーションヨガ
★/癒 Azusa

19:00- 全身リフレッシュヨガ
20:00 ★★/調 Azusa
20:30- 心地良い眠りに導く
21:15 リラクゼーションヨガ
★/癒 Azusa

19:00- 全身リフレッシュヨガ
20:00 ★★/調 Azusa
20:30- 心地良い眠りに導く
21:15 リラクゼーションヨガ
★/癒 Azusa

安