

junglesity 10月プログラムスケジュール

| MON | | TUE | | THU | | FRY | | SAT | | SUN | |
|---------------------|--|--------------------------|--|-------------------------------------|---|------------------------------------|--|-------------------------------|--|---|---|
| | | | | | | | | | | 1 | |
| | | | | | | | | | | ASA YOGA 08:00-09:15 ハルカ アライメントヨガ 09:30-10:45 Maya | |
| 2 | | 3 | | 5 | | 6 | | 7 | | 8 | |
| スローフロー odakayoga | 09:00-10:15 Yoko 10:45-12:00 Peiching | ハタフロー&ブラーナヤマ ヴァンヤサフロー | 09:00-10:15 Chizuru 10:45-12:00 Uma | 優しいヨガと瞑想 ハタヨガ&メディテーション | 09:00-10:15 Saori 10:45-12:00 Chigusa | リラックスヨガ はじめてのアシュタンガヨガ スロージョグ | 09:00-10:15 Waka 10:45-12:00 しんのすけ 09:00-10:00 ゆうか | Yin(陰)ヨガ ヴァンヤサフロー&ヨガニードラ | 08:00-09:15 Akiko 09:30-10:45 Akiko | ASA YOGA ハタフロー | 08:00-09:15 ハルカ 09:30-10:45 ハルカ |
| 9 | | 10 | | 12 | | 13 | | 14 | | 15 | |
| スローフロー odakayoga | 09:00-10:15 Yoko 10:45-12:00 Peiching | 骨盤調整ヨガ ヴァンヤサフロー | 09:00-10:15 調整中 10:45-12:00 Uma | 優しいヨガと瞑想 ハタヨガベーシック スロージョグ | 09:00-10:15 Saori 10:45-12:00 Chigusa 09:00-10:00 ゆうか | リラックスヨガ はじめてのアシュタンガヨガ | 09:00-10:15 Waka 10:45-12:00 しんのすけ | Yin(陰)ヨガ ペルビックフロー | 08:00-09:15 Asako 09:30-10:45 Akiko | ASA YOGA アライメントヨガ | 08:00-09:15 ハルカ 09:30-10:45 Maya |
| 16 | | 17 | | 19 | | 20 | | 21 | | 22 | |
| スローフロー odakayoga | 09:00-10:15 Yoko 10:45-12:00 Peiching | ハタフロー&ブラーナヤマ ヴァンヤサフロー | 09:00-10:15 Chizuru 10:45-12:00 Uma | 優しいヨガと瞑想 ハタヨガ&メディテーション スロージョグ | 09:00-10:15 Saori 10:45-12:00 Chigusa 09:00-10:00 ゆうか | リラックスヨガ はじめてのアシュタンガヨガ | 09:00-10:15 Waka 10:45-12:00 しんのすけ | Yin(陰)ヨガ リラックス&マインドフルネス ヨガ | 08:00-09:15 Asako 09:30-10:45 Ai | ASA YOGA ハタフロー | 08:00-09:15 Michiko 09:30-10:45 Maya |
| 23 | | 24 | | 26 | | 27 | | 28 | | 29 | |
| スローフロー odakayoga | 09:00-10:15 Yoko 10:45-12:00 Peiching | 骨盤調整ヨガ ヴァンヤサフロー | 09:00-10:15 調整中 10:45-12:00 Uma | 優しいヨガと瞑想 ハタヨガベーシック スロージョグ | 09:00-10:15 Saori 10:45-12:00 Chigusa 09:00-10:00 ゆうか | リラックスヨガ はじめてのアシュタンガヨガ | 09:00-10:15 Waka 10:45-12:00 しんのすけ | Yin(陰)ヨガ リラックス&マインドフルネス ヨガ | 08:00-09:15 Asako 09:30-10:45 Ai | ASA YOGA ハタフロー | 08:00-09:15 ハルカ 09:30-10:45 Maya |
| 30 | | 31 | | | | | | | | | |
| スローフロー odakayoga | 09:00-10:15 Yoko 10:45-12:00 Peiching | ハタフロー&ブラーナヤマ ヴァンヤサフロー | 09:00-10:15 Chizuru 10:45-12:00 Uma | | | | | | | | |