

junglesity 6月プログラムスケジュール

| MON | TUE | THU | FRY | SAT | SUN |
|--|--|---|---|--|--|
| | | 1 はじめてのヨガ 09:00-10:15 Saori ハタヨガ&メディテーション 10:45-12:00 Chigusa スロージョグ 09:00-10:15 ゆうか | 2 リラクソヨガ 09:00-10:15 Waka はじめてのアシュタンガヨガ 10:45-12:00 しんのすけ | 3 Yin(陰)ヨガ 8:00-9:15 Asako ペルビックフロー 9:30-10:45 Akiko | 4 ASA YOGA 8:00-9:15 Michiko ハタフロー 9:30-10:45 Maya |
| 5 スローフロー 09:00-10:15 Yoko odakayoga 10:45-12:00 Peiching | 6 ハタフロー&ブラーナヤマ 09:00-10:15 Chizuru ヴィンヤサフロー 10:45-12:00 Uma グリーンプログラム 12:00-12:45 junglesity | 8 優しいヨガと瞑想 09:00-10:15 Chigusa ハタヨガベーシック 10:45-12:00 Chigusa | 9 リラクソヨガ 09:00-10:15 Waka はじめてのアシュタンガヨガ 10:45-12:00 しんのすけ | 10 Yin(陰)ヨガ 8:00-9:15 Asako ペルビックフロー 9:30-10:45 Akiko | 11 調整中 調整中 |
| 12 スローフロー 09:00-10:15 Yoko odakayoga 10:45-12:00 Peiching | 13 骨盤調整ヨガ 09:00-10:15 Miyako ヴィンヤサフロー 10:45-12:00 Uma | 15 はじめてのヨガ 09:00-10:15 Saori ハタヨガ&メディテーション 10:45-12:00 Chigusa スロージョグ 09:00-10:15 ゆうか | 16 リラクソヨガ 09:00-10:00 Waka はじめてのアシュタンガヨガ 10:45-12:00 しんのすけ | 17 Yin(陰)ヨガ 8:00-9:15 Asako ペルビックフロー 9:30-10:45 Ai | 18 ASA YOGA 8:00-9:15 Michiko ハタフロー 9:30-10:45 Maya |
| 19 スローフロー 09:00-10:15 Yoko odakayoga 10:45-12:00 Peiching | 20 ハタフロー&ブラーナヤマ 09:00-10:15 Chizuru ヴィンヤサフロー 10:45-12:00 Uma | 22 優しいヨガと瞑想 09:00-10:15 Saori ハタヨガベーシック 10:45-12:00 Chigusa スロージョグ 09:00-10:15 ゆうか | 23 リラクソヨガ 09:00-10:15 Waka はじめてのアシュタンガヨガ 10:45-12:00 しんのすけ | 24 Yin(陰)ヨガ 8:00-9:15 Asako ペルビックフロー 9:30-10:45 Akiko | 25 ASA YOGA 8:00-9:15 Michiko ハタフロー 9:30-10:30 Maya |
| 26 スローフロー 09:00-10:15 Yoko odakayoga 10:45-12:00 Peiching | 27 骨盤調整ヨガ 09:00-10:15 Miyako ヴィンヤサフロー 10:45-12:00 Uma | 29 はじめてのヨガ 09:00-10:15 Saori ハタヨガ&メディテーション 10:45-12:00 Chigusa スロージョグ 09:00-10:15 ゆうか | 30 リラクソヨガ 09:00-10:15 Waka はじめてのアシュタンガヨガ 10:45-12:00 しんのすけ | | |

※毎週水曜日は休館日です。

NEWS & TOPICS

- ◆6月インストラクター代行情報◆
- 6/3(土) ペルビックフロー/Ai→Akiko
- 6/8(木) 優しいヨガと瞑想/Saori→Chigusa