



2018
9
September

Lesson Schedule



TEL:027-257-3940
Mail:info@sharanam-yoga.jp

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
~ SHARANAM INFO ~						1
<p>** 今月のアロマ **</p> <p>・マンダリン ・メイチャン ・ユーカリ ・ジュニパー</p>				定休日		10:00~ ベーシック saori 11:10~ アナトミック骨盤® saori 12:40~ 13:15~ アロマリラックス megumi 14:25~ 14:45~ ヴィンヤサ megumi 15:55~ 16:15~ 筋膜リリースヨガ miho 17:25~
2	3	4	5	6	7	8
定休日	10:00~ ピラティス saori 11:10~ 11:30~ ベーシック saori 12:40~ 13:15~ アジャストヨガ yoko 14:25~ 18:00~ リンパマッサージ mika 19:10~ 19:30~ アナトミック骨盤® saori 20:40~	10:00~ アロマリラックス miki 11:10~ 11:30~ ラジヨガ miki 12:40~ 13:15~ シャラナムヨガ miki 14:45~ 18:00~ アジャストヨガ megumi 19:10~ 19:30~ ベーシック megumi 20:40~	定休日	10:00~ ヴィンヤサ masami 11:10~ 11:30~ ヨガニードラ masami 12:40~ 13:15~ シャラナムヨガ saori 14:45~ 18:00~ デトックスヨガ marie 19:10~ 19:30~ アロマリラックス marie 20:40~	10:00~ ラジヨガ miki 11:10~ 11:30~ アロマリラックス miki 12:40~ 13:15~ ベーシック miho 14:25~ 18:00~ ベーシック miho 19:10~ 19:30~ 筋膜リリースヨガ miho 20:40~	10:00~ ヴィンヤサ megumi 11:10~ 11:30~ アジャストヨガ megumi 12:40~ 13:15~ ピラティス saori 14:25~ 14:45~ アロマリラックス miho 15:55~ 16:15~ ベーシック miho 17:25~
9	10	11	12	13	14	15
10:00~ フローヨガ masami 11:10~ 11:30~ ヨガニードラ masami 12:40~ 13:15~ アナトミック骨盤® saori 14:25~ 14:45~ リンパマッサージ mika 15:55~ 16:15~ ベーシック mika 17:25~	10:00~ ゆったりフロー saori 11:10~ 11:30~ 骨盤調整 saori 12:40~ 13:15~ アロマリラックス yoko 14:25~ 18:00~ ベーシック megumi 19:10~ 19:30~ ●新月ヨガ megumi 20:40~	10:00~ ラジヨガ miki 11:10~ 11:30~ ベーシック miki 12:40~ 13:15~ シャラナムヨガ miki 14:45~ 18:00~ ヴィンヤサ megumi 19:10~ 19:30~ アロマリラックス megumi 20:40~	定休日	10:00~ アロマリラックス masami 11:10~ 11:30~ 陰ヨガ masami 12:40~ 13:15~ 骨盤調整 saori 14:25~ 18:00~ リンパマッサージ marie 19:10~ 19:30~ ベーシック marie 20:40~	10:00~ ベーシック miki 11:10~ 11:30~ アジャストヨガ yoko 12:40~ 13:15~ シャラナムヨガ yoko 14:45~ 18:00~ ピラティス saori 19:10~ 19:30~ デトックスヨガ miho 20:40~	10:00~ 骨盤調整 saori 11:10~ 11:30~ ベーシック saori 12:40~ 13:15~ 14:25~ 14:45~ デトックスヨガ miho 15:55~ 16:15~ アロマリラックス miho 17:25~
16	17	18	19	20	21	22
定休日	10:00~ デトックスヨガ marie 11:10~ 11:30~ アロマリラックス marie 12:40~ 13:15~ ベーシック yumi 14:25~ 14:45~ バクティーフロー saori 15:55~ 16:15~ 骨盤調整 saori 17:25~	10:00~ ベーシック miki 11:10~ 11:30~ ラジヨガ miki 12:40~ 13:15~ シャラナムヨガ miki 14:45~ 18:00~ アロマリラックス megumi 19:10~ 19:30~ フローヨガ megumi 20:40~	定休日	10:00~ ヴィンヤサ masami 11:10~ 11:30~ ヨガニードラ masami 12:40~ 13:15~ シャラナムヨガ saori 14:45~ 18:00~ デトックスヨガ marie 19:10~ 19:30~ アロマリラックス marie 20:40~	10:00~ アロマリラックス miki 11:10~ 11:30~ アナトミック骨盤® saori 12:40~ 13:15~ 14:25~ 18:00~ 筋膜リリースヨガ miho 19:10~ 19:30~ ベーシック miho 20:40~	10:00~ フローヨガ megumi 11:10~ 11:30~ アロマリラックス megumi 12:40~ 13:15~ 14:25~ 14:45~ ベーシック saori 15:55~ 16:15~ ゆったりフロー saori 17:25~
23	24	25	26	27	28	29
10:00~ ヴィンヤサ masami 11:10~ 11:30~ 陰ヨガ masami 12:40~ 13:15~ アジャストヨガ megumi 14:25~ 14:45~ ベーシック megumi 15:55~ 16:15~ ピラティス saori 17:25~	10:00~ リンパマッサージ marie 11:10~ 11:30~ デトックスヨガ marie 12:40~ 13:15~ フローヨガ yoko 14:25~ 14:45~ アロマリラックス yoko 15:55~ 16:15~ アナトミック骨盤® saori 17:25~	10:00~ 骨盤調整 saori 11:10~ 11:30~ ゆったりフロー saori 12:40~ 13:15~ 14:25~ 18:00~ ベーシック megumi 19:10~ 19:30~ ○満月ヨガ megumi 20:40~	定休日	10:00~ ベーシック saori 11:10~ 11:30~ バクティーフロー saori 12:40~ 13:15~ 14:25~ 18:00~ リンパマッサージ marie 19:10~ 19:30~ ベーシック marie 20:40~	10:00~ ラジヨガ miki 11:10~ 11:30~ アジャストヨガ yoko 12:40~ 13:15~ シャラナムヨガ yoko 14:45~ 18:00~ 骨盤調整 saori 19:10~ 19:30~ 筋膜リリースヨガ miho 20:40~	10:00~ アロマリラックス megumi 11:10~ 11:30~ ヴィンヤサ megumi 12:40~ 13:15~ ベーシック saori 14:25~ 14:45~ 筋膜リリースヨガ miho 15:55~ 16:15~ デトックスヨガ miho 17:25~
30						
定休日						