



2018
6
June

Lesson schedule



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

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
					1	2
<p>～ SHARANAM INFO ～</p> <p>* シャランナムヨガは未就園児までのお子様連れの方や妊婦の方が入れるレッスンです * レッスン内容・担当インストラクターは予告なく変更になる場合がございますのでご了承下さい * 今月からレッスンの時間に変更になりましたのでご確認の上、ご予約をお願い致します。</p>						
<p>** 今月のアロマ **</p> <p>・ラベンダー ・ゼラニウム ・フランキンセンス ・マンダリン</p>						
3	4	5	6	7	8	9
定休日	10:00～ 骨盤調整 saori 11:10 11:30～ ベーシック saori 12:40 13:15～ アロマリラックス yoko 14:25 18:00～ フローヨガ megumi 19:10 19:30～ ピラティス saori 20:40	10:00～ ベーシック saori 11:10 11:30～ ピラティス saori 12:40 13:15～ 無料体験シャランナム tomoko 14:45 18:00～ アロマリラックス megumi 19:10 19:30～ アジャストヨガ megumi 20:40	定休日	10:00～ アロマリラックス masami 11:10 11:30～ ベーシック masami 12:40 13:15～ シャランナムヨガ tomoko 14:45 18:00～ きれいになるヨガ naoko 19:10 19:30～ 経絡ヨガ naoko 20:40	10:00～ ラジヨガ miki 11:10 11:30～ アロマリラックス yoko 12:40 13:15～ ベーシック yoko 14:25 18:00～ 筋膜リリースヨガ miho 19:10 19:30～ アナトミック骨盤® saori 20:40	10:00～ アジャストヨガ megumi 11:10 11:30～ ベーシック megumi 12:40 13:15～ ゆったりフロー saori 14:25 14:45～ アロマリラックス miho 15:55 16:15～ 無料体験 miho 17:25
10	11	12	13	14	15	16
10:00～ 筋膜リリースヨガ miho 11:10 11:30～ アナトミック骨盤® saori 12:40 13:15～ アロマリラックス mika 14:25 14:45～ ベーシック mika 15:55 16:15～ きれいになるヨガ naoko 17:25	10:00～ はじめてのヨガ saori 11:10 11:30～ ピラティス saori 12:40 13:15～ ベーシック yoko 14:25 18:00～ アロマリラックス megumi 19:10 19:30～ アジャストヨガ megumi 20:40	10:00～ ベーシック miki 11:10 11:30～ 骨盤調整 saori 12:40 13:15～ シャランナムヨガ tomoko 14:45 18:00～ フローヨガ megumi 19:10 19:30～ アロマリラックス megumi 20:40	定休日	10:00～ フローヨガ masami 11:10 11:30～ 陰ヨガ masami 12:40 13:15～ ベーシック saori 14:25 18:00～ 経絡ヨガ naoko 19:10 19:30～ ●新月ヨガ naoko 20:40	10:00～ アロマリラックス miki 11:10 11:30～ ベーシック saori 12:40 13:15～ シャランナムヨガ tomoko 14:45 18:00～ はじめてのヨガ miho 19:10 19:30～ 筋膜リリースヨガ miho 20:40	10:00～ ベーシック megumi 11:10 11:30～ フローヨガ megumi 12:40 13:15～ アロマリラックス saori 14:25 14:45～ ピラティス saori 15:55 16:15～ 無料体験 miho 17:25
17	18	19	20	21	22	23
定休日	10:00～ ゆったりフロー saori 11:10 11:30～ ベーシック saori 12:40 13:15～ アロマリラックス yoko 14:25 18:00～ はじめてのヨガ mika 19:10 19:30～ アナトミック骨盤® saori 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～ 無料体験シャランナム tomoko 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～ 陰ヨガ masami 11:10 11:30～ フローヨガ masami 12:40 13:15～ シャランナムヨガ tomoko 14:45 18:00～ ベーシック naoko 19:10 19:30～ きれいになるヨガ naoko 20:40	10:00～ ラジヨガ miki 11:10 11:30～ アロマリラックス yoko 12:40 13:15～ ベーシック yoko 14:25 18:00～ ゆったりフロー saori 19:10 19:30～ はじめてのヨガ miho 20:40	10:00～ アロマリラックス megumi 11:10 11:30～ アジャストヨガ megumi 12:40 13:15～ 骨盤調整 saori 14:25 14:45～ 筋膜リリースヨガ miho 15:55 16:15～ 無料体験 miho 17:25
24	25	26	27	28	29	30
10:00～ 筋膜リリースヨガ miho 11:10 11:30～ フローヨガ megumi 12:40 13:15～ ベーシック saori 14:25 14:45～ アロマリラックス mika 15:55 16:15～ 経絡ヨガ naoko 17:25	10:00～ アロマリラックス mika 11:10 11:30～ ベーシック saori 12:40 13:15～ はじめてのヨガ yoko 14:25 18:00～ アジャストヨガ megumi 19:10 19:30～ フローヨガ megumi 20:40	10:00～ はじめてのヨガ miki 11:10 11:30～ ゆったりフロー saori 12:40 13:15～ シャランナムヨガ tomoko 14:45 18:00～ アロマリラックス megumi 19:10 19:30～ アジャストヨガ megumi 20:40	定休日	10:00～ ベーシック masami 11:10 11:30～ 陰ヨガ masami 12:40 13:15～ 骨盤調整 saori 14:25 18:00～ きれいになるヨガ naoko 19:10 19:30～ ○満月ヨガ naoko 20:40	10:00～ ラジヨガ miki 11:10 11:30～ ベーシック saori 12:40 13:15～ シャランナムヨガ tomoko 14:45 18:00～ はじめてのヨガ miho 19:10 19:30～ アロマリラックス 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～ アナトミック骨盤® saori 14:25 14:45～ ピラティス saori 15:55 16:15～ 無料体験 miho 17:25