



2018

8

August

Lesson Schedule



TEL:027-257-3940

Mail:info@sharanam-yoga.jp

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	
5	6	7	8	9	10	11	
<p>~ SHARANAM INFO ~</p> <p>** 今月のアロマ **</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ラベンダー ・オレンジ ・ベルガモット ・フランキンセンス <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</p> <p>* 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</p> <p>* レッスン時間をご確認の上 ご予約をお願い致します。</p>				1	2	3	4
10:00~ ヴィンヤサ masami 11:10 11:30~ アロマリラックス 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~ ピラティス 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~ アジャストヨガ megumi 19:10 19:30~ フローヨガ megumi 20:40	10:00~ ベーシック miki 11:10 11:30~ ラジヨガ miki 12:40 13:15~ シャランナムヨガ saori 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	定休日	10:00~ フローヨガ masami 11:10 11:30~ 陰ヨガ masami 12:40 13:15~ 14:25 18:00~ アロマリラックス yoko 19:10 19:30~ ベーシック yoko 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~ 14:25 18:00~ ベーシック saori 19:10 19:30~ 筋膜リリースヨガ miho 20:40	10:00~ ゆったりフロー saori 11:10 11:30~ ベーシック yumi 12:40 13:15~ フローヨガ megumi 14:25 14:45~ アロマリラックス megumi 15:55 16:15~ デトックスヨガ miho 17:25	
12	13	14	15	16	17	18	
お盆休み	お盆休み	お盆休み	定休日	10:00~ ヴィンヤサ masami 11:10 11:30~ 陰ヨガ masami 12:40 13:15~ 14:25 18:00~ 骨盤調整 saori 19:10 19:30~ ベーシック yumi 20:40	10:00~ アロマリラックス miki 11:10 11:30~ ベーシック miki 12:40 13:15~ 14:25 18:00~ デトックスヨガ 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~ アナトミック骨盤® saori 14:25 14:45~ アロマリラックス miho 15:55 16:15~ デトックスヨガ miho 17:25	
19	20	21	22	23	24	25	
10:00~ ヴィンヤサ masami 11:10 11:30~ アロマリラックス masami 12:40 13:15~ ピラティス saori 14:25 14:45~ ベーシック mika 15:55 16:15~ リンパマッサージ mika 17:25	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~ 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~ 骨盤調整 saori 12:40 13:15~ 14:25 18:00~ ベーシック megumi 19:10 19:30~ フローヨガ megumi 20:40	定休日	10:00~ フローヨガ masami 11:10 11:30~ アロマリラックス masami 12:40 13:15~ シャランナムヨガ 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~ ラジヨガ miki 11:10 11:30~ ベーシック yoko 12:40 13:15~ シャランナムヨガ yoko 14:25 18:00~ 筋膜リリースヨガ miho 19:10 19:30~ アロマリラックス 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~ デトックスヨガ miho 15:55 16:15~ ベーシック miho 17:25	
26	27	28	29	30	31		
10:00~ ベーシック yoko 11:10 11:30~ ●満月ヨガ yoko 12:40 13:15~ アナトミック骨盤® saori 14:25 14:45~ アロマリラックス megumi 15:55 16:15~ アジャストヨガ megumi 17:25	10:00~ 骨盤調整 saori 11:10 11:30~ アロマリラックス saori 12:40 13:15~ ベーシック yoko 14:25 18:00~ リンパマッサージ mika 19:10 19:30~ ピラティス saori 20:40	10:00~ ラジヨガ miki 11:10 11:30~ ベーシック miki 12:40 13:15~ シャランナムヨガ miki 14:25 18:00~ ゆったりフロー saori 19:10 19:30~ アロマリラックス yumi 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 saori 14:25 18:00~ ベーシック yoko 19:10 19:30~ アロマリラックス yoko 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~ ピラティス saori 14:25 18:00~ デトックスヨガ miho 19:10 19:30~ ベーシック miho 20:40		