

2021.1月スケジュール (YOGA OPEN SPACE Linom)

月	火	水	木	金	土	日
				1	2 休講	3 13:30-15:00 良い姿勢の作り方& ハタヨガ
4	5	6 18:45~20:00 初めてのアシュタンガヨガ	7	8	9 9:00~10:15 ハタヨガプラクティス	10
11	12	13 18:45~20:00 初めてのアシュタンガヨガ	14	15	16 9:00~10:15 ハタヨガプラクティス	17
18	19	20 18:45~20:00 初めてのアシュタンガヨガ	21	23	24 9:00~10:15 ハタヨガプラクティス	25
26	27	28 18:45~20:00 初めてのアシュタンガヨ	29	30	31 9:00~10:15 ハタヨガプラクティス	