

Yoga studio Slow Flow 2017 8月 August Lesson Menu

月	火	水	木	金	土	日
※8/8～8/14の間は、 リョウコ研修出張のため 不在となります。ご了承ください。	1 ★10:30～ 「骨盤調整ヨガ」	2	3	4	5	6 ★10:00～ アンチエイジング +オイルケア
	★19:30～ ヴィンヤサFlow♪	★19:30～ Men's ハタヨガ	★14:00～ リラックスヨガ ☆19:30～ ディープリラックス	★19:00～ バクティーフロー ヨガ(candle)		
7 ★10:30～ 関節に優しいヨガ ★18:45～ コンディショニングヨガ	8 ★10:30～ リラックスヨガ	9	10 ★14:00～ リラックスヨガ ☆19:30～ ディープリラックス	11 山の日	12 ★19:00～ 太陽礼拝	13 スタジオ休業日
14 スタジオ休業日	15 スタジオ休業日	16 スタジオ休業日	17 ★14:00～ リラックスヨガ ☆19:30～ ディープリラックス	18	19 ★19:00～ バクティーフロー ヨガ(candle)	20 ★10:00～ ミュージックセラピー
21 ★10:30～ 関節に優しいヨガ ★18:45～ コンディショニングヨガ +オイルケア	22 ★10:30～ 「骨盤調整ヨガ」 ★19:30～ ヴィンヤサFlow♪	23 ★19:30～ Men's ハタヨガ	24 ★14:00～ リラックスヨガ ☆19:30～ ディープリラックス	25	26 イベントレッスン ★10:00～ Fat burning! ★19:00～ 太陽礼拝	27 ★10:00～ アンチエイジング +オイルケア
28 ★10:30～ 関節に優しいヨガ ★18:45～ コンディショニングヨガ	29 ★10:30～ 「骨盤調整ヨガ」 ★19:30～ ヴィンヤサFlow♪	30 ★19:30～ Men's ハタヨガ	31	熱疲労・寝苦しさ・エアコン冷えなどの、夏の疲れに優しいオイルケアをプラス(^▽^)/ 植物の力に癒されることで心身のエネルギーを満たしましょう。		

