

UNDER THE LIGHT YOGA SCHOOL 2019.MAY

【休館日】

5/5(日), 5/19(日)

【月に一度のレギュラークラス】

5月2日 18:50-20:10 『Hatha 初級』第1木曜 内山理名
 5月9日 18:50-20:10 『メディカルヨガ』第2木曜 鈴木陽子
 5月12日 11:30-13:30 『がんサバイバーのためのヨガ』第1日曜 MICHIKO
 5月13日 10:20-11:40 『呼吸法と瞑想』第2月曜 平野久仁子
 5月16日 18:50-20:10 『Ishtha yoga』第3木曜 WAKA
 5月20日 14:20-15:40 『がんフレンズヨガ』第3月曜 TAKAKO
 5月25日 9:20-10:40 『瞑想と呼吸』月1土曜 HIROSHI
 5月25日 11:00-12:20 『Hatha』月1土曜 COW
 5月25日 14:20-15:40 『女性のためのYOGA』月1土曜 MIKA
 5月27日 10:20-11:40 『YinYoga』第4月曜 YUUKA
 5月28日 11:20-13:20 『アーサナ塾』第4火曜 中村尚人

【代講】

5月1日 WEDNESDAY 15:00-16:20 MAYUMI.S → RIE Yin Yoga
 5月1日 WEDNESDAY 16:30-17:50 HIKARU → HIRO Hatha初級
 5月1日 WEDNESDAY 16:50-18:10 MAYA → SOORAN Ashtanga
 5月2日 THURSDAY 10:20-11:40 SHUICHIRO → TOMOKO.U 初級
 5月2日 THURSDAY 19:00-20:20 GOZU → KENGO Hatha Flow
 5月3日 FRIDAY 10:40-12:00 PADMINI → NAOKO Hatha Flow
 5月3日 FRIDAY 11:00-12:20 YUKAKO → HIRO Ashtanga初級
 5月3日 FRIDAY 12:40-14:00 MAKIKO → KENGO HathaVinyasa
 5月3日 FRIDAY 16:30-17:50 SHUICHIRO → KENGO Hatha
 5月3日 FRIDAY 17:00-18:20 GOZU → HIRO 初級
 5月3日 FRIDAY 19:00-20:20 KEIKO → SATORI Sivananda
 5月3日 FRIDAY 20:40-22:00 KEIKO → COW Deep Relaxation
 5月4日 SATURDAY 12:20-13:40 YUKAKO → COW Hatha
 5月7日 TUESDAY 14:30-15:50 KAZUYA → MAKI Hatha Flow

【NEWクラス】

火曜 16:50-18:10 4F Charity

【クラス日が変わります】

水曜 20:30-21:50 3F KEN/Mindfulness → 火曜 10:20-11:40 4F

【休講】

5月4日 SATURDAY 9:00-10:20 MIO/ ヨガ哲学

5月6日 MONDAY 20:30-21:50 YUUKA/Hatha

5月14日 TUESDAY 18:50-20:10 NAOMI

【Charity休講】

5月28日 TUESDAY 16:50-18:10

5月8日 WEDNESDAY 12:20-13:40 MALAYA → TOMOKO.U 初級
 5月8日 WEDNESDAY 15:00-16:20 MAYUMI.S → COW やさしいYOGAと瞑想
 5月10日 FRIDAY 18:30-19:50 KENGO → COW Hatha
 5月13日 MONDAY 18:30-19:50 YURIKA → AMI Hatha
 5月15日 WEDNESDAY 16:30-17:50 HIKARU → SOORAN Hatha
 5月15日 WEDNESDAY 18:50-20:10 MIKA → KEN MindfulnessYoga
 5月17日 FRIDAY 14:30-15:50 ACO → RIE Yin&Yang
 5月17日 FRIDAY 18:30-19:50 KENGO → COW Hatha
 5月21日 TUESDAY 16:30-17:50 YURIE → RIE Vinyasa Flow
 5月21日 TUESDAY 20:30-21:50 YURIE → COW Deep Relaxation
 5月27日 MONDAY 15:00-16:20 AMI → SOORAN Hatha
 5月28日 TUESDAY 19:00-20:20 HIRO → RIE Yin Yoga
 5月31日 FRIDAY 11:00-12:20 YUKAKO → TOMOKO.U 初級
 5月31日 FRIDAY 20:30-21:50 HIRO → SOORAN Ashtanga