

04 class schedule @ matahari yoga

	月	火	水	木	金	土
 06:50 - 08:00	4月28日(土)をもちまして、matahari yoga studio は閉店致します。5月からはまた新しいスタジオとして生まれ変わります。 皆さんと過ごした5年と9ヶ月はとても有意義で、大きくて深い愛のある時間でした。ご参加いただき有難うございました。 YOGAは「結ぶ、繋ぐ、調和する」という意味を持ちます。皆さんのこれからの毎日もYOGAによって光り輝きます様、心からお祈り致します。 ALWAYS COMING... 継続は力なり、必ず結果は訪れます。 またどこかでお会いしましょう。					
 am 10:00 - 11:15						
 pm 14:00 - 15:15						
 19:00 - 20:15						
 20:30 - 21:45						
				Namaskara. 親愛なる皆さまへ		YOKO.
	2	3	4	5	6	7
 06:50 - 08:00						
 am 10:00 - 11:15		hatha mind	hatha basic	hatha basic	yin & yang	hatha basic
 pm 14:00 - 15:15						
 19:00 - 20:15		hatha basic	yin & yang			yin & yang
 20:30 - 21:45						
	9	10	11	12	13	14
 06:50 - 08:00						
 am 10:00 - 11:15		hatha mind	hatha basic		hatha beginner	hatha basic
 pm 14:00 - 15:15			hatha flow			
 19:00 - 20:15			yin & yang	slow vinyasa		
 20:30 - 21:45			vinyasa			
	16	17	18	19	20	21
 06:50 - 08:00	● NM					ashtanga beginner
 am 10:00 - 11:15		hatha beginner	hatha basic	slow vinyasa	yin & yang	slow vinyasa
 pm 14:00 - 15:15			hatha flow	11:45-12:30 beginner(45)		
 19:00 - 20:15		vinyasa	yin & yang			
 20:30 - 21:45			vinyasa			
	23/30	24	25	26	27	28
 06:50 - 08:00	● FM					ashtanga beginner
 am 10:00 - 11:15		hatha beginner	hatha basic	slow vinyasa	hatha beginner	slow vinyasa
 pm 14:00 - 15:15			hatha flow	11:45-12:30 beginner(45)		
 19:00 - 20:15		vinyasa	yin & yang			
 20:30 - 21:45			vinyasa			

確実な参加をご希望される場合は、事前のご予約をお勧めいたします。クラスについてのお問い合わせやご予約は 080-3121-8291 または info@matahari-yoga.net までご連絡下さい。