

8月 スケジュール (スタジオ・オンライン)

2020年

月	火	水	木	金	土 1	日 2
					10:00～コア (体感) ヨガ75分 Miho(+online) new!! 12:00～ピラティス60分 Jun 13:30～アシュタンガ基礎60分 Jun	10:00～アシュタンガヨガ75分 Yukika&Miho (+online) 11:45～リストラティブヨガ 75分 Yukika
3 10:00～ハタヨガベーシック 75分 Umi	4 10:00～アシュタンガ&リスト ラティブ90分 Yukika	5 new!! 9:30～無料onlineクラス ヨガと瞑想 20分 Yukika 10:00～骨盤調整ヨガ75分 Umi new!! 19:00～アシュタンガ& リラックス75分 Miho (+online)	6 10:00～ハタヨガストレッチ70 分 Yukika(+online) 19:00～アシュタンガヨガ75分 Yukika (+online) 20:30～online深いリラクゼー ション60分 Miho	7 はじめての中医学 ワークショップ 19:30～ヨガ+ピラティス75分 Miyuki	8 10:00～コア (体感) ヨガ75分 Miho(+online) new!! 12:00～ピラティス60分 Jun 13:30～アシュタンガ基礎60分 Jun	9 10:00～アシュタンガヨガ75分 Yukika&Miho (+online) 11:45～リストラティブヨガ 75分 Yukika
10 10:00～ハタヨガベーシック 75分 Umi new!! 19:00～online骨盤調整 ヨガ 60分 Miho	11 10:00～アシュタンガ&リスト ラティブ90分 Yukika 19:00～陰ヨガ75分(+online) Yukika	12 new!! 9:30～無料onlineクラス ヨガと瞑想 20分 Yukika 10:00～骨盤調整ヨガ75分 Umi new!! 19:00～アシュタンガ& リラックス75分 Miho (+online)	13 10:00～ハタヨガストレッチ70 分 Yukika(+online) 19:00～アシュタンガヨガ75分 Yukika (+online) 20:30～online深いリラクゼー ション60分 Miho	14 10:00～陰陽ヨガ70分 Yukika(+online) 11:45～自律神経調整ヨガ70分 Yukika 15:00～ヨガ+ピラティス75分 Miyuki	15 10:00～コア (体感) ヨガ75分 Miho(+online) new!! 12:00～ピラティス60分 Jun 13:30～アシュタンガ基礎60分 Jun	16 10:00～アシュタンガヨガ75分 Yukika&Miho (+online) 11:45～リストラティブヨガ 75分 Yukika 14:00～陰陽ヨガ70分 Yukika(+online)
17 10:00～ハタヨガベーシック 75分 Umi new!! 19:00～online骨盤調整 ヨガ 60分 Miho	18 10:00～アシュタンガ&リスト ラティブ90分 Yukika 19:00～陰ヨガ75分(+online) Yukika	19 new!! 9:30～無料onlineクラス ヨガと瞑想 20分 Yukika 10:00～骨盤調整ヨガ75分 Umi new!! 19:00～アシュタンガ& リラックス75分 Miho (+online)	20 10:00～ハタヨガストレッチ70 分 Yukika(+online) 19:00～アシュタンガヨガ75分 Yukika (+online) 20:30～online深いリラクゼー ション60分 Miho	21 10:00～陰陽ヨガ70分 Yukika(+online) 11:45～自律神経調整ヨガ70分 Yukika 19:30～ヨガ+ピラティス75分 Miyuki	22 10:00～コア (体感) ヨガ75分 Miho(+online) new!! 12:00～ピラティス60分 Jun 13:30～アシュタンガ基礎60分 Jun	23 10:00～アシュタンガヨガ75分 Yukika&Miho (+online) 11:45～リストラティブヨガ 75分 Yukika ★14:00～月いち太極拳 (初級) 75分 Yumi
24 10:00～ハタヨガベーシック 75分 Umi new!! 19:00～online骨盤調整 ヨガ 60分 Miho	25 10:00～アシュタンガ&リスト ラティブ90分 Yukika 19:00～筋膜リリースヨガ75分 (+online)Yukika	26 new!! 9:30～無料onlineクラス ヨガと瞑想 20分 Yukika 10:00～骨盤調整ヨガ75分 Umi new!! 19:00～アシュタンガ& リラックス75分 Miho (+online)	27 10:00～ハタヨガストレッチ70 分 Yukika(+online) 19:00～アシュタンガヨガ75分 Yukika (+online) 20:30～online深いリラクゼー ション60分 Miho	28 10:00～陰陽ヨガ70分 Yukika(+online) 19:30～ヨガ+ピラティス75分 Miyuki	29 10:00～コア (体感) ヨガ75分 Miho(+online) new!! 12:00～ピラティス60分 Jun 13:30～アシュタンガ基礎60分 Jun	30 10:00～アシュタンガヨガ75分 Yukika&Miho (+online) 11:45～リストラティブヨガ 75分 Yukika
31 10:00～ハタヨガベーシック 75分 Umi new!! 19:00～online骨盤調整 ヨガ 60分 Miho	●スタジオ用のチケットをお持ちの方は、オンラインに振替ができます。フリーの方は5回まで、チケットはオンラ イン2回につきスタジオ1回分消化になります。 ●(+online) のクラスはスタジオレッスンと同時にいきます。 ●ただいま定員を減らしています。 ●スタジオとオンラインのご予約ページが異なりますのでご注意ください。 ●詳しくはstudio hakuのウェブサイトをご覧ください。 ●お気軽にお問い合わせください。092-791-3210					hakuウェブサイト  公式LINEで予約 