

2月スケジュール

2020年

月	火	水	木	金	土 1	日 2
					10:00～ストレッチ&リリース75分 Miho 13:45～アシュタンガ・コア60分 Jun 16:30～筋膜リリースヨガ75分 Yukika	10:00～アシュタンガヨガ75分 Yukika 12:00～リラックスヨガ60分 Yukika 15:00～リストラティブヨガ75分 Yukika
3 10:00～アロマヨガ75分 Umi 18:45～アシュタンガヨガ60分 Yukika 20:10～陰ヨガ75分 Yukika	4 10:00～アシュタンガ&リストラティブ90分 Yukika	5 10:00～骨盤ヨガ75分 Umi 18:45～陰陽ヨガ75分 Yukika	6 10:00～自律神経調整ヨガ75分 Yukika 18:45～アシュタンガヨガ75分 Yukika	7 10:00～陰陽ヨガ75分 Yukika 19:30～ヨガ+ピラティス75分 Miyuki	8 10:00～ストレッチ&リリース75分 Miho 13:45～アシュタンガ・コア60分 Jun 15:30～筋膜リリースヨガ75分 Yukika	9 10:00～アシュタンガヨガ75分 Yukika 12:00～リラックスヨガ60分 Yukika 15:00～リストラティブヨガ75分 Yukika
10 10:00～リラックスヨガ75分 Yukika 18:45～アシュタンガヨガ60分 Yukika 20:10～陰ヨガ75分 Yukika	11 10:00～アシュタンガ&リストラティブ90分 Yukika 13:00～ストレッチフロー75分 Kei	12 10:00～骨盤ヨガ75分 Umi 18:45～陰陽ヨガ75分 Yukika	13 10:00～自律神経調整ヨガ75分 Yukika 18:45～アシュタンガヨガ75分 Yukika	14 10:00～陰陽ヨガ75分 Yukika 19:30～ヨガ+ピラティス75分 Miyuki	15 10:00～ストレッチ&リリース75分 Miho 13:45～アシュタンガ・コア60分 Jun 15:30～リストラティブヨガ75分 Yukika	16 10:00～ヨガ+ピラティス75分 Miyuki 18:30～リストラティブヨガ75分 Kei
17 10:00～アロマヨガ75分 Umi 18:45～アシュタンガヨガ60分 Yukika 20:10～陰ヨガ75分 Yukika	18 10:00～アシュタンガ&リストラティブ90分 Yukika	19 10:00～骨盤ヨガ75分 Umi 18:45～陰陽ヨガ75分 Yukika	20 10:00～自律神経調整ヨガ75分 Yukika 18:45～アシュタンガヨガ75分 Yukika	21 10:00～陰陽ヨガ75分 Yukika 19:30～ヨガ+ピラティス75分 Miyuki	22 10:00～ストレッチ&リリース75分 Miho 13:45～アシュタンガ・コア60分 Jun 15:30～リストラティブヨガ75分 Yukika	23 11:00～月いち太極拳70分（初級）Yumi 15:30～リストラティブヨガ75分 Kei
24 10:00～アロマヨガ75分 Umi 13:00～ヨガ+ピラティス75分 Miyuki	25 10:00～ヨガ+ピラティス75分 Miyuki	26 10:00～骨盤ヨガ75分 Umi 18:45～陰陽ヨガ75分 Yukika	27 10:00～自律神経調整ヨガ75分 Yukika 18:45～アシュタンガヨガ75分 Yukika	28 10:00～陰陽ヨガ75分 Yukika 19:30～ヨガ+ピラティス75分 Miyuki	29 ※イベントクラス 13:45～アシュタンガ・コア60分 Jun 15:30～リストラティブヨガ75分 Yukika	3月1日 10:00～アシュタンガヨガ75分 Yukika ※イベントクラス

studio haku

※イベントクラス 2月29日 分子栄養学講座 / 3月1日 シンキングボウルとチャクラヒーリング はやしこみこ