

Covering and Close classes in January

～1月 代行&休講のお知らせ～

<代行>

- ・ 1/4(木)12:30-陰ヨガ/Saya→**リストラティブヨガ/Rumi**
- ・ 1/7,14(日) 11:00-ヴィンヤサヨガ/Rachel→**Rumi**
- ・ 毎週日曜日13:00- シヴァナンダヨガ/Syousei→**Naomi**
- ・ 毎週月曜日11:00- シヴァナンダヨガ/Syousei→**Naomi**
- ・ 1/9,16(火)13:00-ベーシックアシタンガ/Toshi→**Haidar**
- ・ 1/9(火) 19:00-陰ヨガ/Ikuyo→**Aiko**
- ・ 1/10(水)18:30-アシタンガヨガ/Rachel→**Atsuko**
- ・ 1/11～毎週木曜日10:30-ハタヨガ/Toshi→**Kumi**
- ・ 1/17,24,31(水)11:00-筋膜セラピー/Sumiyo
→**ハタリラックス/Sawa**
- ・ 1/23(火) 13:00-ベーシックアシタンガ/Toshi→**Rachel**

<祝日時間変更>

- ・ 1/8(月祝)19:00-パワーヴィンヤサヨガHaidar→**15:00-16:30**

<休講>

- ・ 1/6(土)19:00-ヨガニドラ/Naomi→**Close**
- ・ 1/8(月祝)19:00-アシタンガヨガ/Rachel→**Close**
- ・ 1/15(月)19:00-アシタンガヨガ/Rachel→**Close**