

Covering and Close classes in March

～3月 代行&休講のお知らせ

<代行>

- ・ 3/19 (月)19:00-パワーヴィンヤサ/Haidar→ ハタヨガ/Naomi
- ・ 3/21(水) 13:00-バランスヴィンヤサ/Haidar→春の経絡ヨガ/Sumiyo
- ・ 3/22,29(木)19:00-ベーシックハタ/Haidar →体幹筋膜セラピー/Sumiyo
- ・ 3/26(月)19:00-パワーヴィンヤサ/Haidar→アカンダヨガ/Mari
- ・ 3/28(水)13 : 00-バランスヴィ/Haidar→ヴィンヤサヨガ/Rachel

<祝日時間変更>

- ・ 3/21(水祝) 6:15-9:30-マイソール/Rachel →7:00-9:30
- ・ 3/21(水祝) 18:30-アシュタンガヨガ/Rachel→15:00-16:30

<休講/マイソールMoonday >

- ・ 3/9 (金) 13:00-ベーシックハタ/Satoko
- ・ 3/18 (日) 6:15-9:30-マイソール/Rachel
- ・ 3/21,28(水祝) 19:00-陰陽ヨガ/Haidar

Covering and Close classes in March

< Covering >

- 3/19 (Mon) 19:00- Power Vinyasa/Haidar → Hatha Yoga/Naomi
- 3/21 (Wed) 13:00- Balance Vinyasa/Haidar →
Spring Meridian Yoga/Sumiyo
- 3/22,29 (Thu) 19:00- Basic Hatha/Haidar → Core Facia Therapy /Sumiyo
- 3/26 (Mon) 19:00- Power Vinyasa/Haidar → Akhanda Yoga/Mari
- 3/28 (Wed) 13:00- Balance Vinyasa/Haidar → Vinyasa Yoga/Rachel

< Time change >

- 3/21 (Wed) 6:15-9:30- Ashtanga Mysore/Rachel → 7:00-9:30
- 3/21 (Wed) 18:30- Ashtanga Yoga/Rachel → 15:00-16:30

< Close /Mysore Moonday >

- 3/9 (Fri) 13:00- Basic Hatha/Satoko
- 3/18 (Sun) 6:15-9:30- Ashtanga Mysore/Rachel
- 3/21,28 (Wed) 19:00- YinYang Yoga/Haidar