

Yoga studio Slow Flow 2017 3月 March Lesson Menu

月	火	水	木	金	土	日
<p>春に向けての準備！ 五感で楽しむリセット yoga イベントを開催します。 有意義な時間をどうぞ。</p> 		<p>1 ★19:30～ Men's ハタヨガ</p>	<p>2 ♪10:30～ ☆New 初めての Yoga ★14:00～リラックスヨガ ☆19:30～ディープリラックス</p>	<p>3</p>	<p>4 ★19:00～ バクティフロー ヨガ(candle) ※男性参加可</p>	<p>5 イベントレッスン サンクチュアリー Yoga10:00～ 要予約 ※3名限定</p>
<p>6 ★10:30～(▽) 関節に優しいヨガ ★18:45～ コンディショニングヨガ ※男性参加可</p>	<p>7 ★10:30～ 「骨盤調整ヨガ」 ★19:30～ ヴァンヤサFlow ♪</p>	<p>8 ★19:30～ Men's ハタヨガ</p>	<p>9 ♪10:30～ ☆New! 初めての Yoga ※リラックスヨガはお休みと なります。 ※ディープリラックスはお休 みとなります。</p>	<p>10</p>	<p>11 ★19:00～ 太陽礼拝をはじ めよう ※男性参加可 MISAKI</p>	<p>12 ★11:00～ アンチエイジング</p>
<p>13 ★10:30～(▽) 関節に優しいヨガ ★18:45～ コンディショニングヨガ ※男性参加可</p>	<p>14 ★10:30～ 「骨盤調整ヨガ」 ★19:30～ ヴァンヤサFlow ♪</p>	<p>15 イベントレッスン サンクチュアリー Yoga19:00～ 要予約※3名限定</p>	<p>16 ♪10:30～ ☆New 初めての Yoga ★14:00～リラックスヨガ ☆19:30～ディープリラックス</p>	<p>17 イベントレッスン Fat burning! 19:30～ 体幹力を強く!</p>	<p>18 ★19:00～ バクティフロー ヨガ(candle) ※男性参加可</p>	<p>19 ★11:00～ アンチエイジング</p>
<p>20 春分の日 イベントレッスン コンディショニングyoga × バランスボール 心身をほぐそう ※男性参加可</p>	<p>21 ★10:30～ 「骨盤調整ヨガ」 ★19:30～ ヴァンヤサFlow ♪</p>	<p>22 ★19:30～ Mens ハタヨガ</p>	<p>23 ♪10:30～ ☆New 初めての Yoga ★14:00～リラックスヨガ ☆19:30～ディープリラックス</p>	<p>24</p>	<p>25 ★19:00～ 太陽礼拝をはじ めよう ※男性参加可 MISAKI</p>	<p>26 イベントレッスン Musictherapy ♪×Happyドラム (癒しの音色をもつ 楽器) 10:00～要予約</p>
<p>27 ★10:30～(▽) 関節に優しいヨガ ★18:45～ コンディショニングヨガ ※男性参加可</p>	<p>28 ★10:30～ 「骨盤調整ヨガ」 ★19:30～ ヴァンヤサFlow ♪</p>	<p>29</p>	<p>30 ※ 29日～30日はメンテナンス 休業とさせていただきます。 新年度もよろしくお願ひいた します(▽)</p>	<p>31</p>		