



4月のお知らせ

4/2(火)午前クラスみずか先生のラストレスンとなります！
その後は、代講専用イントラ+マッサージの方で居てくれます

【限定】12:00 内臓に耳を傾けるヨガ

2日の午後はりえこ先生が担当
火曜日のリラックスでは**シンキングボウル**での癒しの時間

9日から13:40 **マタニティヨガ**復活！

4/3(水)さとみ先生の**ハタヨガ**
1ヶ月半～2ヶ月休養に入ります。是非会いに来てね！
4月中は、めぐみ先生がハタヨガ代講してくれます！

ホィールヨガ金曜日/月礼拝が火曜日12時にお引越し



4/29(月祝)代講
10:20 ハタヨガ ゆみえ
12:00 骨盤ヨガ ゆみえ
13:40 やさしいアシュタンガ あみ
15:20 ルーシーダットン あみ

