

10月のスケジュール

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN		
<p>7時から～9時45分まで ナディクレンジング オープンスタイル ★～★★★★ (時間内の好きな時間に来て、好きな時間 自分に合った練習をしていきます) FUJIMI×SHOTA×HARUKA 木曜日は定休日のためお休みです。</p>					<p>ナディクレンジング 8:00～9:15 SHOTA ★★～★★★★</p>	<p>クレンジング オープンスタイル 8:00～11:00</p>		
<h2 style="writing-mode: vertical-rl;">定休日</h2>					<p>ナディクレンジング 10:30～11:45 FUJIMI ★～★★★</p>		<p>ヨガ哲学</p>	
					<p>クレンジング 10:00～11:00 SHOTA ★★</p>	<p>ナディクレンジング 10:30～11:45 FUJIMI ★～★★★</p>	<p>デトックスヨガ 10:30～11:30 FUJIMI ★～★★★</p>	
					<p>クレンジング 11:30～12:30 FUJIMI ★</p>	<p>ナディクレンジング 13:00～14:15 SHOTA ★★～★★★★</p>	<p>デトックスヨガ 19:30～20:30 FUJIMI ★～★★★</p>	
					<p>クレンジング オープンスタイル 18:00～21:00</p>	<p>呼吸法とクレンジング 18:45～19:45 FUJIMI ★</p>	<p>クレンジング オープンスタイル 18:00～21:00</p>	
					<p>クレンジング オープンスタイル 18:00～21:00</p>	<p>クレンジング オープンスタイル 18:00～21:00</p>	<p>クレンジング オープンスタイル 18:00～21:00</p>	
					<p>デトックスヨガ 19:30～20:30 FUJIMI ★～★★★</p>	<p>呼吸法とクレンジング 18:45～19:45 FUJIMI ★</p>	<p>クレンジング オープンスタイル 18:00～21:00</p>	
					<p>20:40～21:00</p>	<p>21:05～21:25</p>	<p>21:05～21:25</p>	
							<p>21:30～21:50</p>	<p>【無料瞑想クラス】 平日の ラストレッション後 だれでも参加できる 15分～30分の 瞑想クラスを 開催しています。 瞑想をはじめて みたいけどなかなか 一人では集中できない方 瞑想に触れてみたい方 お気軽にご参加ください。♪</p>