

UNDER THE LIGHT YOGA SCHOOL 2019.August

【休館日】

8/1(木), 8/15(木), 8/30(金)

【月に一度のレギュラークラス】

8月4日 11:30-13:30	『がんサバイバーのためのヨガ』第1日曜	ムラヤマ美智子
8月8日 18:50-20:10	『メディカルヨガ』第2木曜	鈴木陽子
8月12日 10:20-11:40	『呼吸法と瞑想』第2月曜	平野久仁子
8月19日 14:20-15:40	『がんフレンズヨガ』第3月曜	中里貴子
8月22日 16:50-18:10	『Ishta yoga』第3木曜	野沢和香 ※今月は第4木曜開催
8月22日 18:50-20:10	『Hatha 初級』第1木曜	内山理名 ※今月は第4木曜開催
8月26日 10:20-11:40	『YinYoga』第4月曜	YUUKA
〈休講〉11:00-12:20	『Hatha』月1土曜	カウ ※8月は休講
〈休講〉11:20-13:20	『アーサナ塾』第4火曜	中村尚人 ※8月は休講
〈休講〉14:20-15:40	『女性のためのYOGA』月1土曜	仁平美香 ※8月は休講
〈休講〉9:20-10:40	瞑想と呼吸』月1土曜	楠原裕史 ※8月は休講

【タイトルが変わります】

金曜 11:00-12:20 Yukako / アライメントベース中級 → Iyengar Yoga

【休講】

8月6日 TUESDAY 10:20-11:40 松村憲

【Charity休講】

8月18日 SUNDAY 10:40-12:00

8月20日 TUESDAY 16:50-18:10

8月27日 TUESDAY 16:50-18:10

【代講】

8月2日 FRIDAY 14:30-15:50	ACO	→ SOORAN	HathaFlow	8月12日 MONDAY 16:30-17:50	沢りえ	→ 浦智子	Hatha
8月2日 FRIDAY 16:30-17:50	SHUICHIRO	→ 近藤真由美	古典ヨガ	8月12日 MONDAY 20:30-21:50	YUUKA	→ 柏原多嘉子	HathaFlow初級
8月2日 FRIDAY 17:00-18:20	合津静	→ シュミツ茂仁香	HathaVinyasa初級	8月13日 TUESDAY 14:30-15:50	柳本和也	→ 出口眞喜子	HathaFlow
8月2日 FRIDAY 19:00-20:20	奥野恵子	→ カウ	Hatha	8月13日 TUESDAY 15:00-16:20	HANAE	→ SOORAN	Ashtanga
8月2日 FRIDAY 20:40-22:00	奥野恵子	→ カウ	DeepRelaxation	8月14日 WEDNESDAY 19:00-20:20	奥野恵子	→ 出口眞喜子	Shiri Heart Yoga
8月5日 MONDAY 16:30-17:50	沢りえ	→ AMI	HathaFlow	8月14日 FRIDAY 12:40-14:00	久保玲子	→ 浦智子	Hatha&Restorative
8月6日 TUESDAY 10:40-12:00	HIKARU	→ 出口眞喜子	HathaFlow	8月16日 FRIDAY 12:20-13:40	新倉美代子	→ 浦智子	初級
8月7日 WEDNESDAY 14:30-15:50	SATORI	→ 浦智子	初級	8月16日 FRIDAY 18:30-19:50	Kengo	→ 柏原多嘉子	HathaFlow初級
8月7日 WEDNESDAY 16:30-17:50	HIKARU	→ カウ	DeepRelaxation	8月20日 TUESDAY 11:00-12:20	加藤尚子	→ 柏原多嘉子	HathaFlow初級
8月7日 WEDNESDAY 17:00-18:20	沢りえ	→ Yulia	Hatha	8月21日 WEDNESDAY 10:20-11:40	村上華子	→ 浦智子	Hatha
8月7日 WEDNESDAY 19:00-20:20	奥野恵子	→ 出口眞喜子	Shiri Heart Yoga	8月21日 WEDNESDAY 12:20-13:40	マライア	→ カウ	やさしいYOGAと瞑想
8月8日 THURSDAY 19:00-20:20	合津静	→ HIRO	Hatha	8月23日 FRIDAY 18:30-19:50	Kengo	→ Yukako	IyengarYoga入門
8月9日 FRIDAY 12:20-13:40	新倉美代子	→ 浦智子	初級	8月25日 SUNDAY 10:40-12:00	近藤真由美	→ 沢りえ	Yin Yang
8月9日 FRIDAY 17:00-18:20	合津静	→ 柏原多嘉子	HathaFlow初級	8月27日 TUESDAY 10:20-11:40	松村憲	→ SOORAN	Hatha
8月9日 FRIDAY 18:30-19:50	Kengo	→ 柏原多嘉子	Hatha	8月27日 TUESDAY 14:30-15:50	柳本和也	→ HIRO	Ashtanga yoga
8月9日 FRIDAY 19:00-20:20	奥野恵子	→ カウ	Hatha	8月28日 WEDNESDAY 12:20-13:40	マライア	→ SOORAN	HathaFlow
8月9日 FRIDAY 20:40-22:00	奥野恵子	→ カウ	DeepRelaxation	8月29日 THURSDAY 10:20-11:40	SHUICHIRO	→ 浦智子	Hatha
8月11日 SUNDAY 12:20-13:40	鈴木まゆみ	→ 梅澤友里香	Vinyasa初級	8月29日 THURSDAY 13:00-14:20	近藤真由美	→ 加藤尚子	HathaFlow
				8月29日 THURSDAY 15:00-16:20	近藤真由美	→ 沢りえ	Yin Yoga
				8月31日 SATURDAY 12:20-13:40	Yukako	→ HIRO	Ashtanga