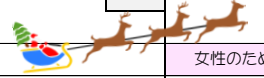
Ami Yoga 2018年12月スケジュール

時間＼曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
開始時間 ～ 終了時間						1	2
～							
～							
～							
～							
	3	4	5	6	new moon 7	8	9
10:30 ～ 11:50	ハタヨガ(Azuchi)		ハタヨガ Ⓐ	ゆるめるヨガ(Yuki)			
13:30 ～ 14:50		女性のためのヨガ Ⓐ				14:00 ～ 15:20 ハタヨガ Ⓐ	
～							
19:40 ～ 21:00		ハタヨガ Ⓐ	女性のためのヨガ Ⓐ		ハタヨガ★Ⓐ		
	10	11	12	13	14	15	16
10:30 ～ 11:50	ヨガニードラ(Azuchi)			ゆるめるヨガ(Yuki)			
13:30 ～ 14:50		女性のためのヨガ Ⓐ			ハタヨガ Ⓐ	14:00 ～ 15:20 ハタヨガ(Azuchi)	
～							
19:40 ～ 21:00		ハタヨガ Ⓐ	ヨガニードラ(Azuchi)		女性のためのヨガ Ⓐ		
	17	18	19	20	21	22	full moon 23
10:30 ～ 11:50	ハタヨガ(Azuchi)		ハタヨガ Ⓐ	ゆるめるヨガ(Yuki)			
13:30 ～ 14:50		女性のためのヨガ Ⓐ			ハタヨガ Ⓐ	14:00 ～ 15:20 女性のためのヨガ Ⓐ	
～							
19:40 ～ 20:40		ハタヨガ★Ⓐ	女性のためのヨガ Ⓐ		キャンドルヨガⒶ		
	24	25	26	27	28	29	30
10:30 ～ 11:50			ハタヨガ Ⓐ	ゆるめるヨガ(Yuki)			
13:30 ～ 14:50		女性のためのヨガ Ⓐ	1年の疲れをニードラでリラックス				
～							
19:40 ～ 21:00		ハタヨガ Ⓐ	ヨガニードラ(Azuchi)	女性のためのヨガ Ⓐ			



◆料金のご案内◆　※価格はすべて税込です

- ・体験レッスン（マット代別）　2，000円
- ・月謝（1ヶ月）　8，800円
- ・ドロップイン（1回、マット代別）　3，000円
- ・レンタルマット　300円
- ・Ami指導レッスン受講Ⓐ　1レッスン毎に＋500円～

【完全予約制】080－3396－3355　Amiまで

◆1レッスン 定員8名　◆キャンドルヨガ 定員6名

※クラス開始**15分前**よりスタジオに入れます。

年末年始のお休みについて

28日（金）夜のレッスンは
27日（木）に振替を行い、
スタジオメンテナンス等の為、
28日からお休みさせていただきます。
年始は5日（土）からの予定です。
詳細は12月25日頃、
HPにてお知らせ致します。

素敵な年末年始をお過ごしください♪

今年もありがとうございました。
来年も皆さんとヨガができるのを

Ami Yoga®

2018年1月19日（土）

女性のためのワークショップ開催♪
AZUCHI先生とのコラボ企画。
特に、今子育て中のママ、、
妊娠中の方、
これからママになる方に
是非、聞いてほしい内容です。