Ami Yoga　2019年1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	new moon 6
～						～	～
～						14:00 ～ 15:20 女性のためのヨガ Ⓐ	～
～						～	～
～						～	～
	7	8	9	10	11	12	13
10:30 ～ 11:50	ヨガニードラ(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★Ⓐ	～	～
	14	15	16	17	18	19	20
10:30 ～ 11:50			ハタヨガ Ⓐ	ゆるめるヨガ(Yuki)		10:30 ～ 12:00 女性のためのWS	～
13:30 ～ 14:50		リストラティブヨガ Ⓐ			女性のためのヨガ Ⓐ	14:00 ～ 15:20 女性のためのヨガ Ⓐ	～
～						～	～
19:40 ～ 21:00		キャンドルヨガⒶ	女性のためのヨガ Ⓐ		ハタヨガ Ⓐ	～	～
	21	22	full moon 23	24	25	26	27
10:30 ～ 11:50	ヨガニードラ(Azuchi)		ハタヨガ Ⓐ	ゆるめるヨガ(Yuki)		～	～
13:30 ～ 14:50		女性のためのヨガ Ⓐ			女性のためのヨガ Ⓐ	14:00 ～ 15:20 ハタヨガ Ⓐ	～
～						～	～
19:40 ～ 20:40		ハタヨガ Ⓐ	女性のためのヨガ Ⓐ		ハタヨガ★Ⓐ	～	～
	28	29	30	31			
10:30 ～ 11:50	ハタヨガ(Azuchi)		ゆるめるヨガ(Yuki)	ハタヨガ Ⓐ		～	～
～						～	～
～						～	～
19:40 ～ 21:00		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。

あけまして
おめでとうございます♪

2019年も皆さんと楽しい時間が
過ごせることを
楽しみにしております。
本年もよろしくお願い致します。

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。