

## = 短縮特別クラスのお知らせ =

11月3日(木)

- 10:30~11:45 骨盤リセットヨガ kaori
- 13:00~14:15 ビギナーズヨガ yumi
- 14:45~16:00 ハタフロー mina



11月23日(水)

- 10:30~12:00 シヴァナンダヨガ kazumi
- 13:00~14:15 アナトミック骨盤ヨガ kaori
- 14:45~16:00 パワーヨガ natsumi
- 16:30~17:45 陰陽ヨガ natsumi