

1月

2018

| 12月 | | | | | | |
|-----|----|----|----|----|----|----|
| S | M | T | W | T | F | S |
| | | | | | 1 | 2 |
| 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| 31 | | | | | | |

| 2月 | | | | | | |
|----|----|----|----|----|----|----|
| S | M | T | W | T | F | S |
| | | | | 1 | 2 | 3 |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 25 | 26 | 27 | 28 | | | |

| 日曜 | 月曜 | 火曜 | 水曜 | 木曜 | 金曜 | 土曜 |
|--|---|---|---|---|-----|--|
| 31 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| | | | | | お休み | 9:00 朝ヨガ 11:00 ハタヨガ 19:00 ハタヨガ 20:30 ハタヨガ |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 10:00 F YOGA STUDIO | 10:00 11:30 F YOGA STUDIO 19:30 リストラティブヨガ | 7:00 朝ヨガ 9:00 ハタヨガ 18:00 ハタヨガ 19:30 ハタヨガ | 7:00 8:30 18:00 19:30 F YOGA STUDIO | 8:30 朝ヨガ 11:00 ハタヨガ 20:30 リラックスヨガ | お休み | 9:00 朝ヨガ 11:00 ハタヨガ 19:00 ハタヨガ 20:30 ハタヨガ |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 10:00 F YOGA STUDIO 19:00 キャンドルヨガ | 10:00 11:30 F YOGA STUDIO 19:30 リストラティブヨガ | 7:00 朝ヨガ 9:00 ハタヨガ 18:00 ハタヨガ 19:30 ハタヨガ | 7:00 8:30 18:00 19:30 F YOGA STUDIO | 10:00 【ヨガ×寒さ対策×ア ーユルヴェーダ】 18:00 ハタヨガ 20:30 リラックスヨガ | お休み | 10:00 【ヨガ×寒さ対策×ア ーユルヴェーダ】 13:00 【ヨガのマ インドも合わせたノ ートセミナー】 |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| 10:00 F YOGA STUDIO 14:00 ハタヨガ 18:00 ハタヨガ | 10:00 11:30 F YOGA STUDIO 19:30 リストラティブヨガ | 7:00 朝ヨガ 9:00 ハタヨガ 18:00 ハタヨガ 19:30 ハタヨガ | 7:00 8:30 18:00 19:30 F YOGA STUDIO | 8:30 朝ヨガ 11:00 ハタヨガ 20:30 リラックスヨガ | お休み | 9:00 朝ヨガ 11:00 ハタヨガ 19:00 ハタヨガ 20:30 ハタヨガ |
| 28 | 29 | 30 | 31 | 1 | 2 | 3 |
| 10:00 F YOGA STUDIO 19:00 キャンドルヨガ | 10:00 11:30 F YOGA STUDIO 19:30 リストラティブヨガ | 7:00 朝ヨガ 9:00 ハタヨガ 18:00 ハタヨガ 19:30 ハタヨガ | 7:00 8:30 18:00 19:30 F YOGA STUDIO | | | |