

# 1月

2019

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
30	31	1	2	3	4	5
		お休み	お休み	お休み	パーソナルレッスン 15:00～	3ヶ月継続講座 10:00～ ベーシックヨガ 13:30～ F YOGA STUDIO 18:00～
6	7	8	9	10	11	12
室内朝ヨガ 8:30～ ベーシックヨガ 10:00～ キャンドルヨガ 17:30～ 19:00～	お休み	プライベートヨガ 7:00～ 室内朝ヨガ 9:00～ ベーシックヨガ 11:00～ 13:30～ 3ヶ月継続講座 18:10～	F YOGA STUDIO 7:00～ 8:30～ ベーシックヨガ 13:00～ バレエヨガ 15:00～ ベーシックヨガ 19:00～	室内朝ヨガ 8:30～	室内朝ヨガ 8:30～ パーソナルレッスン 10:00～ 癒しヨガ 19:30～	室内朝ヨガ 8:30～ ベーシックヨガ 10:00～ 13:00～ F YOGA STUDIO 18:00～
13	14	15	16	17	18	19
室内朝ヨガ 8:30～ ベーシックヨガ 10:00～ F YOGA STUDIO 14:00～イベント 「戦士のポーズをマ スターしよう」	3ヶ月継続講座 10:00～	プライベートヨガ 7:00～ 室内朝ヨガ 9:00～ ベーシックヨガ 11:00～ 13:30～ 3ヶ月継続講座 18:10～	F YOGA STUDIO 7:00～ 8:30～ ベーシックヨガ 13:00～ 19:00～	室内朝ヨガ 8:30～ バレエヨガ 10:00～ ベーシックヨガ 13:00～ プレミアムレッスン 19:00～	室内朝ヨガ 8:30～ パーソナルレッスン 10:00～ 癒しヨガ 19:30～	室内朝ヨガ 8:30～ 3ヶ月継続講座 10:00～ ベーシックヨガ 13:30～ F YOGA STUDIO 18:00～
20	21	22	23	24	25	26
室内朝ヨガ 8:30～ ベーシックヨガ 10:00～ 13:00～ 15:00～	プレミアムレッスン 10:00～ パーソナルレッスン 19:00～	お休み	F YOGA STUDIO 7:00～ 8:30～ ベーシックヨガ 19:00～	室内朝ヨガ 8:30～ バレエヨガ 10:00～ ベーシックヨガ 13:00～ 18:30～	室内朝ヨガ 8:30～ パーソナルレッスン 10:00～ 癒しヨガ 19:30～	室内朝ヨガ 8:30～ ベーシックヨガ 10:00～ 3ヶ月継続講座 14:00～ F YOGA STUDIO 18:00～
27	28	29	30	31	1	
室内朝ヨガ 8:30～ ベーシックヨガ 10:00～ 13:00～ 15:00～	お休み	プライベートヨガ 7:00～ 室内朝ヨガ 9:00～ ベーシックヨガ 11:00～ 13:30～ 3ヶ月継続講座 18:10～	F YOGA STUDIO 7:00～ 8:30～ ベーシックヨガ 13:00～ 19:00～	室内朝ヨガ 8:30～ バレエヨガ 10:00～ ベーシックヨガ 13:00～ 18:30～		