

2026

1月 朝ヨガスケジュール

スタジオ指導は6:30～9:00です。9:30までに退出をお願いします。

1/3はムーンデイですがオープンします。(7:00～)

1/11(日)、1/29(木)はお休みさせていただきます。

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
29	30	31	1 休み	2 休み	3 ○ 7:00オープン ムーンデイ	4 6:00オープン
5 休み	6 6:00オープン	7 6:00オープン	8 セルフプラクティス (6:00～)	9 6:00オープン	10 6:00オープン	11 休み
12 休み	13 6:00オープン	14 6:00オープン	15 セルフプラクティス (6:00～)	16 6:00オープン	17 6:00オープン	18 6:00オープン
19 ● 休み ムーンデイ	20 6:00オープン	21 6:00オープン	22 セルフプラクティス (6:00～)	23 6:00オープン	24 6:00オープン	25 6:00オープン
26 休み	27 6:00オープン	28 6:00オープン	29 休み	30 6:00オープン	31 6:00オープン	1