

2026

10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。
10/4は都合によりお休みさせていただきます。

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
28	29	30	1 セルフプラクティス (6:00～)	2 6:00オープン	3 休み	4 休み
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 休み	11 6:00オープン ムーンデイ ●
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 休み	18 6:00オープン
19 休み	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 休み	25 6:00オープン
26 休み ムーンデイ ○	27 6:00オープン	28 6:00オープン	29 セルフプラクティス (6:00～)	30 6:00オープン	31 休み	1