

2025

7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。

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