

Studio Schedule 2023.10.1 – 2023.10.31

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
	講師出張につき休講	アシュタンガ ベーシック 20:00-21:00	アシュタンガ マイソール 9:30-11:30 shanti ヨガ 19:00-20:10	Personal Only	アシュタンガ マイソール 18:45-20:45	アシュタンガ マイソール 14:00-16:00
8	9	10	11	12	13	14
アシュタンガ マイソール 9:00-11:00	アシュタンガ ヨガ 練習会&特別WS 10:00-12:00	アシュタンガ ベーシック 20:00-21:00	アシュタンガ マイソール 9:30-11:30 shanti ヨガ 19:00-20:10	shanti ヨガ 10:30-11:40	講師出張につき休講	
15 ●	16	17	18	19	20	21
アシュタンガ マイソール 9:00-11:00	Personal Only	アシュタンガ ベーシック 20:00-21:00	アシュタンガ マイソール 9:30-11:30 shanti ヨガ 19:00-20:10	Personal Only	アシュタンガ マイソール 18:45-20:45	アシュタンガ マイソール 14:00-16:00
22	23	24	25	26	27 ●	28
アシュタンガ マイソール 9:00-11:00 shanti ヨガ 14:00-15:10 サウンドボウル音浴会 20:30-21:30	Personal Only	アシュタンガ ベーシック 20:00-21:00	アシュタンガ マイソール 9:30-11:30 shanti ヨガ 19:00-20:10	shanti ヨガ 10:30-11:40	Ken Harakuma Yoga Work Shop	
29 ●	30	31				
Ken Harakuma Yoga Work Shop		アシュタンガ ベーシック 20:00-21:00				

